

<https://helda.helsinki.fi>

Yksinäisyys ja elämänkulku : Laadullinen seurantatutkimus ikääntyvien yksinäisyydestä

Tiilikainen, Elisa

Helsingin yliopisto
2016

Tiilikainen , E 2016 , ' Yksinäisyys ja elämänkulku : Laadullinen seurantatutkimus
ikääntyvien yksinäisyydestä ' , Helsingin yliopisto , Helsinki . <
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-1054-1> >

<http://hdl.handle.net/10138/233334>

publishedVersion

Downloaded from Helda, University of Helsinki institutional repository.

This is an electronic reprint of the original article.

This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.

Please cite the original version.

Sosiaalitieteiden laitos
Helsingin yliopisto

YKSINÄISYYS JA ELÄMÄNKULKU

*Laadullinen seurantatutkimus ikääntyvien
yksinäisyydestä*

Elisa Tiilikainen

Akateeminen väitöskirja

Esitetään Helsingin yliopiston valtiotieteellisen tiedekunnan suostumuksella julkisesti tarkastettavaksi Helsingin yliopiston päärakennuksen salissa 5 keskiviikkona 4. toukokuuta 2016 klo 12.

Helsinki 2016

Valtiotieteellisen tiedekunnan julkaisuja 4 (2016)
Yhteiskuntapolitiikka

© Elisa Tiilikainen

Kansi: Riikka Hyypiä & Hanna Sario

Photo: Jani Pulkka

Painettua kirjaa myy:
Unigrafia Kirjakauppa
<http://kirjakauppa.unigrafia.fi/>
books@unigrafia.fi
PL 4 (Vuorikatu 3 A) 00014 Helsingin yliopisto

ISSN 2343-273X (painettu)
ISSN 2343-2748 (verkkojulkaisu)
ISBN 978-951-51-1053-4 (nid.)
ISBN 978-951-51-1054-1 (pdf)

Unigrafia, Helsinki 2016

Tiivistelmä

Elisa Tiilikainen: Yksinäisyys ja elämänkulku. Laadullinen seurantatutkimus ikääntyvien yksinäisyydestä. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellisen tiedekunnan julkaisuja 2016:4.

Tutkimuksessa tarkastellaan ikääntyvien yksinäisyyttä elämänkulun näkökulmasta. Punaisena lankana kulkee näkemys siitä, ettei ihmisen toimintaa ja ympäröiviä olosuhteita voida ymmärtää rajaamalla tarkastelu vain tiettyyn elämänvaiheeseen: on kiinnitettävä huomio myös aiempiin elämäntapahtumiin, sosiaalisiin suhteisiin ja laajempiin yhteiskunnallisiin tekijöihin elämänkulun ajalta. Tutkimuksessa kysytään, millä tavoin myöhemmällä iällä koettu yksinäisyys kietoutuu elämänkulkuun: millaisia sosiaalisia polkuja ja niiden varrelle linkittyviä elämäntapahtumia tai -vaiheita yksinäisyyden taustalta voidaan paikantaa ja millaisia muutoksia yksinäisyydessä elämänkulun varrella mahdollisesti tapahtuu.

Tutkimuskysymyksiin vastataan laadullista seurantatutkimusta hyödyntäen. Laadullisen seurannan avulla pyritään tavoittamaan yksinäisyyden ajallinen luonne ja sille annetut merkitykset suhteessa elämänkulullisiin siirtymiin, tapahtumiin ja sosiaalisiin suhteisiin. Tutkimusaineisto rakentuu kymmenen yksinäisyyttä kokevan ikääntyvän ympärille. Heidät tutkija on kohdannut viiden vuoden ajanjaksolla yhdestä neljään kertaan. Lisäksi haastateltavat ovat osallistuneet kymmenvuotiseen Ikihyvä Päijät-Häme -kyselytutkimukseen, jonka aineistoja hyödynnetään yksinäisyydessä tapahtuvia muutoksia tarkasteltaessa. Laadullisen seurantatutkimuksen soveltaminen erilaisiin tutkimuskohteisiin on vasta aluillaan, eikä sitä ole aiemmin käytetty ikääntyvien yksinäisyyttä tutkittaessa. Keskeisen osan tutkimusta muodostaa tutkimusprosessin kuvaus ja sen parissa käydyt metodologiset pohdinnat.

Tutkimuksessa yksinäisyyttä tarkastellaan menetettyjen ja toteutumattomien sosiaalisten roolien ja rakoilevan sosiaalisen saattueen näkökulmista. Menetetyt ja toteutumattomat sosiaaliset roolit liittyvät leskeytymiseen, kumppanittomuuteen, lapsettomuuteen ja lapsenlapsettomuuteen sekä eläköitymiseen, joihin liittyviä menetyksiä, muutoksia ja toiveita myöhemmällä iällä koetun yksinäisyyden taustalta voidaan paikantaa. Rakoilevaan sosiaaliseen saattueeseen

kietoutuvat ruumiin rajallisuus, hyvän ystävän kaipuu, kokemus vieraasta kulttuurista ja erilaiset vanhemmuuteen liittyvät kitkat, joiden myötä sosiaalinen osallisuus ja sen mahdollisuudet ovat kaventuneet ja sosiaalisiin suhteisiin kohdistuvat odotukset ovat jääneet toteutumatta. Myöhemmällä iällä koetun yksinäisyyden taustalla näkyvät myös erilaiset elämäntapahtumien, kuten äidin menettämisen ja lapsuuden sotakokemusten haavat ja heijastumat. Niiden jäljet ovat joko olleet läsnä yksinäisyyden kokemuksena läpi elämän tai nousseet pintaan vasta myöhemmissä elämänvaiheissa.

Sekä haastattelu- että kyselyaineistosta on mahdollista löytää sekä pitkäkestoisia että elämäntilanteista yksinäisyyttä. Vain harvalle yksinäisyys on ollut vuosien mittainen pysyvä olotila. Osalle haastateltavista yksinäisyys on ollut vasta vanhemmiten kohdattu kokemus, mutta suurimmalla osalla yksinäisyys on elämänkulun aikana aaltoillut. Yksinäisyys on ollut läsnä tietyissä elämäntilanteissa tai -vaiheissa. Myös tutkimusvuosien aikana muutoksia on tapahtunut molempiin suuntiin: yksinäisyys on sekä lisääntynyt että vähentynyt.

Tutkimus tuo esiin yksinäisyyden dynaamisen luonteen ja juurtumisen yksilöllisiin elämäntarinoihin. Pelkkää yksinäisyyttä tutkimuksessa mukana olleiden joka päiväinen elämä ei ole ollut. Myös yksinäinen arki on sisältänyt merkityksellisiä ihmissuhteita, päivien kohokohtia ja tulevaisuuden haaveita. Läpi tutkimuksen tulee näkyväksi yksinäisyyden prosessuaalinen ja suhteisiin sidottu luonne, joka tarjoaa tarttumapintoja erityisesti yksinäisyyden syihin. Yksinäisyyttä koetaan aina suhteessa johonkin: läheissuhteisiin, ympäröiviin yhteisöihin tai laajemmin yhteiskuntaan. Yksinomaan ihmissuhteista ei yksinäisyydessä kuitenkaan ole kyse, vaan myös laajemmin arjen infrastruktuurista, osallisuuden mahdollisuuksista ja ehdoista, joilla ihminen kiinnittyy tai jää kiinnittymättä toisiin ihmisiin. Elämänkulunäkökulmaa hyödyntäen tutkimus avaa ikkunoita ikääntyvien sosiaalisen elämän ja laajemmin eri elämänkulun vaiheissa koetun yksinäisyyden ja sen syiden tarkasteluun. Tärkeän avauksen tutkimus antaa myös yksinäisyyden lievittämisestä käytyyn keskusteluun.

Asiasanat: yksinäisyys, elämänkulku, ikääntyminen, vanhuus, sosiaaliset polut, sosiaalinen saattue, sosiaaliset roolit, laadullinen seurantatutkimus, haastattelututkimus

Abstract

Elisa Tiilikainen: Loneliness and life course. Qualitative longitudinal research on loneliness among older people. University of Helsinki. Publications of the Faculty of Social Sciences 2016:4.

The research explores loneliness in old age from a sociological life course perspective. Acknowledging that individual experiences are always embedded in not just the present everyday life but also the past life events and the wider social surroundings in which people are linked during their course of life. The research answers to questions such as: what kind of social pathways, life situations and life phases can be found behind loneliness in older age and how does loneliness change during one's life course.

Using a qualitative longitudinal approach the research aims to grasp the temporal nature of loneliness and its individual meanings in relation to different transitions, events and social relations during the life course. The research data builds on one to three interviews with ten older persons during a five year period. The interviewees have participated in a ten year cohort study Good Ageing in Lahti Region (GOAL) conducted in southern Finland. The survey data is also used when looking at changes in loneliness. Qualitative longitudinal research has been scarcely used among older people, there for the research offers new methodological findings and implications.

In the analysis loneliness is described through lost and unfulfilled social roles and weakening social convoy. The first involves life changes and situations such as widowhood, being without a partner, childlessness and grandchildlessness and retirement, due to which loneliness has been present in the lives of the interviewees. The weakening social convey has meant lack of a good friend, experiences of a foreign and strange culture and friction with children or one's own parents. Due to the weakening social convoy hopes toward social relationships have been unfulfilled and the possibilities of social inclusion have declined. Also trajectories of childhood experiences such as war time or loss of one's own mother were connected to loneliness. Some of them have meant loneliness that has been present nearly for a lifetime but for others these trajectories have had an impact on loneliness only in old age.

Both in the interviews and survey data loneliness appears as a life situational or as a lifelong experience. Only for a minority of the research participants loneliness has been present for a long time. For others loneliness has been a new experience encountered in old age, but for most loneliness has fluctuated during the life course. It has been present in different life situations and life phases. Also during the research period there has been changes both ways: loneliness has both decreased and increased.

The research reveals the dynamic nature of loneliness and the different ways in which loneliness is rooted in the individual life stories and life courses of older people. Even though the interviewees have reported being lonely often or all the time, it has not meant they have been experiencing continuous loneliness in their everyday life. Meaningful relationships have also been present. Throughout the research loneliness appears as a processual and relational experience which offers more understanding on the reasons behind loneliness and interventions to reduce it. Loneliness is always experienced in relation to something: personal relationships and social bonds, communities or more widely to the surrounding society. Hence loneliness is not only connected to relationships but also to the everyday life infrastructure and social environment through which a person is connected or unconnected to other people.

Using a life course perspective the research opens windows to the social worlds of older people and more broadly to loneliness experienced in different life phases and situations during life course. By revealing reasons behind loneliness the research also gives an important input on discussions of loneliness interventions.

Key words: loneliness, life course, ageing, older people, social pathways, social convoy, social roles, qualitative longitudinal research, interview

Kiitos

On vihdoin aika kiitoksille. Suurimmat kiitokseni lausun kymmenelle kohtaamalleni iäkkäälle, joita ilman tutkimukseni ei olisi ollut mahdollinen. Kahvipöytien ääriellä kanssanne vietetyt hetket ovat olleet minulle hyvin merkityksellisiä, lämmin kiitos siitä. Lähes yhtä suuret kiitokset kuuluvat ohjaajilleni Antti Karistolle ja Marjaana Seppäselle. Olen ollut onnekas kun olen saanut tehdä tutkimustani teihin tukeutuen ja teiltä kannustusta saaden. Antille olen erityisen kiitollinen siitä, että olet rohkaissut omaääniseen, toisinaan omintakeiseen, tapaan tehdä tutkimusta. Omalla esimerkilläsi olet kannustanut tarttumaan juuri itseä kiinnostaviin aiheisiin ja nauttimaan kirjoittamisesta. Marjaanan kanssa olen saanut tehdä vuosien ajan yhteistyötä myös väitöskirjatyöni ulkopuolella. Ilolla ja ylpeydellä olen seurannut mukanasi maisterivaiheen tutkimusharjoittelijasta yhteisten ja kollegiaalisten pohdintojen äärelle. Kiitos, että olet kannustanut, tukenut ja pitänyt puoliani akateemisessa maailmassa. Toivottavasti yhteistyömme jatkuu vielä monien muiden tutkimusten merkeissä.

Tutkijan polkuni sai alkunsa Helsingin yliopiston koulutus- ja kehittämiskeskus Palmeniasta Lahdesta, jossa tartuin ensimmäistä kertaa Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimuksen aineistoihin. Tärkeäksi muodostui työyhteisö, johon nuoren tutkijan alun oli helppo solahtaa ja innostua monitieteellisestä vanhenemisen tutkimuksesta. Erityisesti kiitän Ilkka Haapolaa, Pasi Töyliä ja Raisa Valvetta. Kiitos tuestanne tutkimuksen alkumetreillä ja lempeydestä matkan varrella. Ikihyvä-tutkimusryhmän lisäksi löysin Palmeniasta tutkimusprosessini kannalta merkittävimmän tutkijayhteisön. Tiina Koskimäkeä, Laura Tarkiaista ja Elina Vaaraa kiitän vertaistuesta ja tutkimustani eteenpäin vieneistä yhteisistä pohdinnoista. Tiina, kiitos väsymättömästä ja tarkkanäköisestä kommentoinnista lapsiperhearjen lomasta. Laura, kiitos monituntisista keskusteluista, joita olen kanssasi saanut vuosien varrella jakaa niin tutkimusprosessiini liittyen kuin siitä irtautuen. Ja ennen kaikkea kiitos teille molemmille ystävytydestä tämän kaiken keskellä.

Tutkimukseni esitarkastajina toimineita Pirjo Nikanderia ja Anne-Birgitta Pessiä kiitän perusteellista, viisaista, kannustavista ja tutkimustani eteenpäin vieneistä kommenteista. Lausuntojenne myötä tutkimukseni hioitui, tiivistyi ja

löysi lopullisen muotonsa. Kiitos mukana elämisestä tutkimuksen loppuvaiheessa. Klaus Weckrothia kiitän tutkimukseni käsikirjoitukseen tarttumisesta ennen esitarkastusta. Kannustavat sanasi rohkaisivat työn viimeistelyyn. Tutkimusprosessin varrella tutkimustani ovat pukanneet eteenpäin myös monet muut. Helsingin yliopiston Sosiaalitieteiden laitoksen vanhenemisen tutkimuksen jatko-opiskelijoista muodostuneessa seminaariryhmässä olen saanut esitellä niin muutaman sivun ajatusaihioita kuin parinsadan sivun käsikirjoituksia. Kiitos teille kaikille kannustavasta ja keskustelevasta ilmapiiristä! Haikein mielin en enää suuntaa askeleitani kohti yhteisiä seminaaripäiviä.

Tutkimukseni rahoittamisesta kiitän Helsingin yliopiston tiedesäätiötä, Emil Aaltosen Säätiötä ja Olvi-säätiötä, jotka ovat mahdollistaneet tutkimuksen tekemisen kokopäiväisesti parin vuoden ajan. Aika ajoin olen tehnyt työtäni kellarista käsin, nuoren apurahatutkijan innolla, mutta työyhteisöstä haaveillen. Tuolloin erityisen merkityksellisiä olivat pitkät lounaat ystävien kanssa. Kiitos Eeva Otonkorpi, Päivi Kylänpää ja Elina Salkolahti vertaistuesta ja ystävydestä arjen haasteiden ja toisinaan myös yksinäisen apurahatutkijuuden keskellä. Juho Saarta kiitän rohkeudesta palkata minut uusiin haasteisiin, kun tutkimukseni on ollut lähellä valmistua. Itä-Suomen yliopiston Yhteiskuntatieteiden laitoksesta on muodostunut työyhteisö, johon olen ilokseni saanut väitöskirjatyöni ulkopuolella kiinnittyä. Erityisesti kiitän Taru Kekonia työtoveruudesta, ystävydestä sekä tuesta ja kannustuksesta tutkimuksen viimeistelyssä. Vaula Tuomaalaa kiitän tekstinpätkien oikolukemisesta prosessin loppuvaiheissa. Jani Pulkalle suuri kiitos kannen kuvasta ja graafien työstämisestä luettavampaan muotoon.

Tutkimukseni innokkaisiin ja eteenpäin työntäviin lukijoihin on lukeutunut myös äitini Kaarina Mönkkönen. Olet tukenut ja rohkaissut minua kaikessa siinä, mihin olen ryhtynyt ja mistä olen uskaltanut haaveilla. Kiitos äiti! Mumiani Ailia kiitän väsymättömästä kiinnostuksesta tutkimustani kohtaan ja pitkäksi venähtäneistä keskusteluista olohuoneessasi istuen. Olet minulle tärkeä. Ilman vanhempiani Kaarinaa ja Jukkaa väitöskirjan tekeminen yhdistettynä lapsiperhe-elämään olisi ollut vaikeaa. Ilman appivanhempiani Merjaa ja Ismoa se olisi ollut mahdotonta. Kiitos teille neljälle lukemattomista kerroista, jolloin olette tarjoutuneet hakemaan lapset päiväkodista ja ottamaan heidät yökylyään, kun olen matkannut junalla toiseen kaupunkiin. Erityisen merkittävä on ollut tutkimusprosessin viimeinen vuosi ja toisinaan pitkäksi venyneet illat tietokoneen ruudun äärellä, joita ilman työni ei olisi valmistunut näin nopealla aikataululla.

Näiden vuosien varrella elämässäni on ollut myös muita ihmisiä, jotka ovat vieneet ajatukseni pois kirjoittamisesta ja väitöskirjakuplasta, johon olen aika

ajoin vajonnut. Lämmin kiitos teille ystävydestä, joka on pitänyt arkeni tasapainossa! Kun kuusi vuotta sitten tapasin haastateltavani ensimmäisen kerran, perheemme oli puolet pienempi kuin mitä se on nyt. Tutkimusprosessin kuluessa minusta on tullut kahteen kertaan äiti, enkä oikeastaan tiedä mitä on olla tutkija olematta äiti tai millaista on olla äiti olematta tutkija. Perheeni on sinnikäs, kärsivällinen ja rakastava. Pauli ja Alpo, kiitos, että juuri te olette lapsiani. Jonne, kiitos siitä, ettet ole koskaan yrittänyt muuttaa minua. Ilman sinua en istuisi tässä.

Kotona Kuopiossa 24.2.2016

Elisa Tiilikainen

Sisällys

Tiivistelmä

Abstract

Kiitos

Sisällys

Luettelo taulukoista ja kuvioista

1 Johdanto	15
2 Tutkimuksen lähtökohdat	19
2.1 Yksinäisyys ja sen ajallinen luonne	19
2.2 Tutkimustehtävän täsmentäminen	27
3 Tutkimuksen metodologinen juoni.....	32
3.1 Menetelmällisiä tартtumapintoja.....	32
3.2 Lomakkeista kahvipöytäkeskusteluihin	39
3.3 Tutkimusorientaatio ja aineiston lukeminen.....	48
3.4 Analyysin kulku	52
4 Tutkimuksen rytmi.....	58
4.1 Tutustumista ja kohtaamisen opettelua	58
4.2 Katseen suunta vaihtuu	65
4.3 Kolmas kohtaaminen.....	74
4.4 Suostumus ja sen ylläpitäminen	85
5 Menetettyjä ja toteutumattomia sosiaalisia rooleja.....	89
5.1 Puolison kuolema	89
5.2 Kumppanin kaipuu	100

5.3 Lapsettomuus ja lapsenlapsettomuus	109
5.4 Työelämästä irtautuminen	117
6 Rakoileva sosiaalinen saattue	125
6.1 Ruumiin rajallisuus.....	125
6.2 Hyvän ystävän kaipuu	134
6.3 Vieraalla maalla	143
6.4 Vanhemmuuden kitkat.....	150
7 Yksinäisyyspolkuja	159
7.1 Haavoja ja heijastumia.....	160
7.2 Muutoksia ja pysyvyyttä	166
8 Kiteytyksiä	173
Kirjallisuus.....	183
Liitteet.....	207

Luettelo taulukoista ja kuvioista

Taulukko 1. Usein tai jatkuvasti yksinäisyyttä kokevien osuudet kohortin ja sukupuolen mukaan (%).

Taulukko 2. Kyselylomakkeiden pohjalta saamaani ensitietoa haastateltavista.

Taulukko 3. Haastattelukerrat ja niiden ajankohdat.

Taulukko 4. Laadullinen seuranta-aineisto.

Taulukko 5. Yksinäisyyden syitä käsittelevät ydinkoodit ryhmiteltynä.

Taulukko 6. Tunnetteko itsenne yksinäiseksi -kysymyksen vastaukset vuosina 2005, 2008 ja 2012 (N=51).

Kuvio 1. Tunnetteko itsenne yksinäiseksi -kysymyksen vastauksissa tapahtuvat muutokset vuosien 2005, 2008 ja 2012 välillä (N=51).

1 Johdanto

Mitä on olla yksinäinen? Tämä kysymys aloitti aikoinaan tutkimusprosessini. Olin lukenut yksinäisyydestä lehtien palstoilta ja kuullut puhuttavan ihmisistä, etenkin vanhoista ihmisistä, joilla on vähän tai ei lainkaan ihmissuhteita. Yksinäisyyttä on pidetty aikamme ilmiönä ja yhtenä keskeisistä yhteiskunnallisista kysymyksistä (Jokinen 2005b; Saari 2010). Kansainvälisissä tutkimuksissa sen on kerrottu kulkevan käsi kädessä terveyttä vaarantavien elintapojen kanssa ja lisäävän kuolleisuutta, terveyspalvelujen käyttöä sekä pysyvään laitoshoitoon joutumista (esim. Luo ym. 2012; Geller ym. 1999; Russel ym. 1997), mikä on herättänyt huolta myös Suomessa. Vilkasta keskustelua seurattuani huomasin yhä useammin pohtivani sitä, mitä yksinäisyys sitä kokevalle oikeastaan merkitsee. Keitä ovat nämä yksinäiset, joista niin paljon puhutaan? Miksi ja millä tavoin he kokevat itsensä yksinäiseksi?

Samojen kysymysten äärellä ovat toki olleet monet muut ennen minua, sillä empiirisen yksinäisyystutkimuksen perinne ulottuu 1970-luvun alun psykologisiin tarkasteluihin (Weiss 1973). Sittemmin yksinäisyys on ollut kiinnostuksen kohteena monella eri tieteenalalla. Sekä Suomessa että muualla maailmassa aiheetta käsittelevien julkaisujen määrä on moninkertaistunut viimeisten vuosikymmenien aikana. Tutkimus on tuottanut paljon tietoa yksinäisyyden yleisyydestä ja sen yhteyksistä erilaisiin demografisiin tekijöihin, sairauksiin, elämäntapahtumiin ja elämänasenteisiin. On tutkittu sitä kuka on yksinäinen, millaiset riskitekijät yksinäisyydelle altistavat ja miten yksinäisyyttä voidaan lievittää. Tutkimustulokset ovat kuitenkin olleet osittain ristiriitaisia (ks. Savikko 2008; Uotila 2011). Samalla ne ovat nostaneet esiin uusia kysymyksiä. Tarpeeksi ei ole kiinnitetty huomiota siihen, miten ihmiset itse yksinäisyyttään määrittelevät ja mitä se heidän jokapäiväisessä elämässään tarkoittaa (Victor, Scrambler ja Bond 2009, 49–50).

Jo ensimmäiset tekemäni haastattelut (Pajunen 2011) osoittivat, että yksinäisyyden ilmenemismuodot, syyt ja syvyys ovat vaihtelevia. Yksinäisiksi itsensä tuntevat eivät ole täysin ”toisenlaisia” terveyskäyttäytymisensä ja elämäntyyliinsä suhteen tai tyystin eristäytyneitä ympäröivästä sosiaalisesta elämästä. Yksinäisyyden syyt ovat myöskään harvoin palautettavissa yksinomaan sitä koke-

van ominaisuuksiin, kuten osassa tutkimuksista on annettu ymmärtää. Pikemminkin yksinäisyyden syyt näyttävät liittyvän heidän elämänsä ajaksi ja siihen moninapaiseen sosiaaliseen ympäristöön, johon ihminen elämänsä aikana linkittyy. Muiden tunteiden tavoin yksinäisyys on sosiaalinen prosessi, joka saa merkityksensä ajassa ja paikassa, jossa sitä koetaan (Johannisson 2012).

Tässä tutkimuksessa olen halunnut vastata kysymykseen, millä tavoin myöhemmällä iällä koettu yksinäisyys kietoutuu elämänsä kulkemaan. Punaisena lankana työssäni kulkee monitieteellinen elämänsä kulkututkimus, jonka parissa on vallinnut ymmärrys siitä, ettei ihmisen kokemuksia, toimintaa ja ympäröiviä olosuhteita voida ymmärtää, jos tarkastelu kiinnitetään vain nykyiseen elämänsä vaiheeseen (esim. Elder ja Giele 2009). Ajallisuuden lisäksi elämänsä kulku on sidottu myös paikkaan, ja sitä muovaavat monenlaiset sosiaaliset kontekstit kuten ympäröivät ihmissuhteet, historialliset tapahtumat ja kulttuuri (Settersten 2003, 2). Elämänsä kulun käsitteellä (*engl.* life course) onkin viitattu ensisijaisesti sosiologiseen käsitykseen elämän etenemisestä. Se on elämänsä kaaren käsitettä (*engl.* life span) prosessuaalisempi lisätessään biologisten, geneettisten ja yksilön elämänsä historiallisten tekijöiden rinnalle ikänormit, kohorttivaikutukset, historian kulun ja ylipäättään ne yhteiskunnalliset tekijät, jotka vaikuttavat siihen, millaisia mahdollisuuksia ihmisellä on itse rakentaa elämänsä kulkuaan. (Marin 2001, 28.)

Elämänsä kulkunäkökulmasta huolimatta, tai pikemminkin juuri siitä johtuen, tarkasteluni taustalla ei ole mekanistinen kausaalisuusnäkökulma, jonka mukaan tapahtumat etenevät suoraviivaisesti eteenpäin syiden ja seurausten väijymättömyytenä ketjuna. Käsite elämänsä kulku pitää sisällään myös ajatuksen, että elämässä voidaan joskus palata taaksepäin ja kokea tietyt elämänsä vaiheet uudelleen, mutta eri tavoin (Marin 2001, 28). Lineaarisuuden sijaan elämänsä kululle on ominaista monensuuntaisuus, sillä se voi edetä moniin eri suuntiin riippuen siitä, millaisia elämänsä polkuja¹ (*engl.* trajectories) ihminen valitsee tai päätyy kulkemaan. Elämänsä kulun prosessinäkökulma haastaa pohtimaan elämänsä kulun todellistumista suhteessa ympäristöönsä: ilmiöt syntyvät ja esiintyvät yhteyksissään ja saavat erityisen asemansa ja merkityksensä omaan tilanteeseensa liittyvässä suhdetoiminnassa (Pohjola 1994, 21).

Keskeistä sosiologiselle elämänsä kulun käsitykselle on ymmärrys siitä, etteivät ihmiset elä toisistaan irrallaan, vaan linkittyneinä toistensa elämiin (*engl.* linked lives). Tiedetään, että muun muassa perheenjäsenten elämät vaikuttavat oman

¹ Suomenkielisessä tutkimuskirjallisuudessa trajectories -käsitteestä on käytetty suomennosta kehitysurat (Virkola 2014) tai trajektorit (Marin 2001), mutta myös elämänsä prosessista (Jylhä 1990) ja elämänsä poluista on puhuttu (Purhonen ym. 2002). Käännöksen ”elämänsä polku” koen soveltuvan hyvin yksilötasolla tapahtuvien muutosten kuvaamiseen. Metaforana polku on viehättävä: ennustamaton, vaihteleva, eikä kahta samanlaista löydy.

elämän suunnitteluun, elämäntapahtumien ajoittumiseen ja hyvinvointiin (esim. Dupre ja Meadows 2007; Pavalko ja Willson 2011). Useimmat elämäntapahtumat saavat myös merkityksensä ja tulkintansa suhteessa muihin ihmisiin: perheisiin, ystäviin, sukulaisiin ja työtovereihin (Marin 2001, 37). ”Ihmiset eivät elä yksi kerrallaan, kukin vuorollaan, vaan toistensa lomassa, sikin sokin samassa sotkussa kuin tippaleipä”, kiteyttää kirjailija Juha Seppälä (2015, 91).

Anneli Pohjola (1994, 24) on jäsentänyt elämänculun logiikkaa ”aika, paikka, politiikka” -kolminaisuuden avulla. Jäsennyksessä ”aika” viittaa elämänculun tapahtumien sekvensseihin, elämän koettuun jatkuvuuteen tai epäjatkuvuuteen ja yksilölliseen elämänaikaan ajan historiallisessa kulussa. ”Paikalla” on roolinsa elämänculun tapahtumien kontekstina: elämänculun puitteet rakentuvat paikallisten olosuhteiden ja mahdollisuuksien ohjaamina. ”Politiikka” puolestaan viittaa elämänculun arviointiin liittyviin tulkintoihin, jota myös tutkija itse tuottaa valitessaan kehyksen, josta tutkimuskohteena olevaa elämänculkua tarkastelee. Elämänculussa ja sen tarkastelussa on siis monin tavoin kyse suhteellisesta ja suhteisiin sidotusta tarinasta. (Mt.) Tutkimuksessani tarkastelen yksinäisyyttä elämänculun näkökulmasta, jolloin tutkittavieni elämänculku saa väistämättä yksinäisyyden raamit. Kaikkea en ole kyennyt tai pyrkinyt tavoittamaan, mutta ”yksinäisistä” en silti ole halunnut puhua, sillä kohtaamani ikääntyvät ovat paljon muutakin, kuten tutkimuksen edetessä tuon esiin.

Tutkimusaineistoni on muodostunut kymmenen yksinäisyyttä kokevan ikääntyvän, seitsemän- ja kahdeksankymppisen naisen ja miehen, ympärille. Olen kohdannut heidät viiden vuoden ajanjaksolla yhdestä neljään kertaan, suurimman osan kolmesti. Tutkimustehtävääni vastaan siis laadullista seuranta-tutkimusta hyödyntäen pyrkimyksenäni huomioda yksinäisyyden ajallinen luonne: jatkuvuus ja muutos ja niille annetut merkitykset suhteessa elämäncullisiin siirtymiin ja tapahtumiin (Nikander 2015). Samalla tulen kertomaan myös tutkimusprosessista sekä siihen liittyvistä pohdinnoista ja valinnoista, sillä laadullisen seuranta-tutkimuksen soveltaminen erilaisiin tutkimuskohteisiin on vasta aluillaan (mt., 247), eikä sitä ikääntyvien yksinäisyyttä tutkittaessa ole käytetty. Tutkimuksen kokonaisuus rakentuu yksinäisyyden ja elämänculun sisällöllisen tarkastelun, metodologisen keskustelun ja eettisten pohdintojen vuorovaikutukselle (ks. myös Pohjola 1994).

Tutkimusraportti etenee seuraavasti: Luvussa 2 esittelen tutkimuksen lähtökohdat: tutkimuskohteena olevan yksinäisyyden ja sen ajallisen luonteen ja täsmennetyn tutkimustehtäväni. Luvussa 3 tarkastelen yksinäisyyden ja elämänculun tutkimisesta käytyä keskustelua ja esittelen tutkimusmenetelmälliset valintani: aineistoni, orientaationi ja analyysin kulun. Aineiston keruuta ja siten myös tutkimuksen analyttistä rytmiä avaan perusteellisemmin luvussa 4, jossa ker-

ron tutkimusprosessin etenemisestä. Samalla pohdin tutkijan positiotani ja yleisemmin tutkimuksen tekoon liittyneitä eettisiä valintoja. Tutkimuspäiväkirjojani otteilla ja kuvauksilla haastattelutilanteista luku tutustuttaa ennen kaikkea tutkimusprosessiin, mutta myös kohtaamieni ikääntyvien elämäntilanteisiin ja niissä tapahtuviin muutoksiin.

Luvussa 5 tarkastelen puolison kuolemaa, kumppanittomuutta, lapsettomuutta ja lapsenlapsettomuutta sekä työelämästä irtautumista, joihin liittyvien menetettyjä tai toteutumattomia sosiaalisia rooleja olen haastateltavieni yksinäisyyden taustalta paikantanut. Luvussa 6 kuvaan ruumiin rajallisuutta, hyvän ystävän kaipuuta, vieraaksi koettua kulttuuria ja vanhemmuuden kitkoja, joiden myötä koettu yksinäisyys kietoutuu yhteydentunteen puutteeseen, osattomuuden ja turvattomuuden kokemuksiin. Luvussa 7 kuvaan erilaisia yksinäisyyspolkuja eli yksinäisyydessä tapahtuneita muutoksia tutkimusprosessin ajalta. Samalla kuvaan erilaisia elämäntapahtumien haavoja ja heijastumia, joiden jäljet näkyvät osan haastateltavistani yksinäisyyden taustalla. Luku 8 kokoaa yhteen menetelmälliset ratkaisut, tutkimuksen tulokset ja elämänkulkunäkökulman merkityksen tutkimusprosessini ulkopuolella.

2 Tutkimuksen lähtökohdat

Yksinäisyyttä käsittelevien tutkimusten parissa on pidetty haasteena sen tutkimisen kirjavuutta. Yksinäisyyden on sanottu pakenevan yksiselitteistä tulkintaa (Jokinen 2005b, 30), sillä yksinäisyyttä koetaan eri tavoin ja usein hyvin erilaisista syistä. Tässä luvussa en pyri tavoittamaan kaikkea yksinäisyystutkimuksen laajasta ja monipolvisesta kirjosta, vaan haluan tuoda näkyville, millaisesta tutkimuskohteesta on kyse ja millaisiin kysymyksiin yksinäisyyttä käsittelevissä tutkimuksissa ei ole vielä vastattu. Erityisesti paikannan oman tutkimukseni lähtökohtaa eli yksinäisyyden ajallista luonnetta. Luvun lopuksi esittelen täsmennetyn tutkimustehtäväni.

2.1 Yksinäisyys ja sen ajallinen luonne

Tutkimuskohteena yksinäisyyttä on lähestytty eri tieteenaloilla ja monenlaisista teoreettisista lähtökohdista.² Usein on viitattu Robert Weissin (1973) jaotteluun emotionaaliseen ja sosiaaliseen yksinäisyydestä.³ Vuorovaikutusteorian tunnetun jäsennyksensä Weiss pohjasi ”tavallisesta elämästä” poimittuihin tapaus-tutkimuksiin, joissa ihmiset kertoivat yksinäisyydestään ja joita hän on osuvasti luonnehtinut kuvauksiksi ”tavallisesta elämästä” (mt., 15). Emotionaalista yksinäisyyttä aiheuttaa Weissin mukaan läheisen kiintymyssuhteen tai intiimin kiintymyksen kohteen, kuten puolison, elämäkumppanin, vanhemman tai lapsen menettäminen tai sen puuttuminen. Sosiaalisen yksinäisyyden hän ymmärtää johtuvan sosiaalisten kontaktien ja sosiaalisen vuorovaikutuksen, kuten työtovereiden, naapureiden tai harrastuskavereiden vähäisyydestä, täydellisestä poissaolosta tai yhteydentunteen puutteesta. Weiss (mt., 20) kuvaa emotionaalisen yksinäisyyden kokemuksen muistuttavan pienen lapsen surua ja hätää siitä, että

² Erilaisia lähestymistapoja ja yksinäisyysteorioita on kuvattu yksityiskohtaisesti useissa yksinäisyyttä käsittelevissä tutkimuksissa (esim. Perlman ja Peplau 1984; Kangasniemi 2008; Victor ym. 2009; Uotila 2011).

³ Weiss (1973) on käyttänyt käsitteitä ”loneliness of emotional isolation” ja ”loneliness of social isolation”.

vanhemmat ovat hänet hylänneet, kun taas sosiaaliseen yksinäisyyteen hän liittyy tylsyyden ja ulkopuolisuuden: tunteita, joita pieni lapsi saattaa kokea, kun ystävät ovat poissa.

Jaottelun emotionaaliseen ja sosiaaliseen yksinäisyyteen on todettu mahdollistavan laajemman ymmärryksen siitä, miten yksinäisyyden kokemus eri ihmisillä kehittyy (Baarsen ym. 2001, 132). Sen on nähty olevan tarpeellinen erityisesti yksinäisyyden lievittämistä ajatellen, sillä jos yksinäisyyden luonne tunnistetaan, voidaan sitä mahdollisesti lievittää (Dahlberg ja McKee 2014). On selvää, että emotionaalista yksinäisyyttä ei voi poistaa mikä tahansa ihmissuhde, vaan ainoastaan emotionaalisesti läheinen kiintymyssuhde, kun taas sosiaalisen yksinäisyyden poistamiseksi tarvitaan vuorovaikutuksen lisääntymistä tai sosiaalisen verkoston laajentumista (Weiss 1973). Toisaalta on huomautettu, ettei yksinäisyyttä voida tarkastella keskittymällä vain toiseen ulottuvuuteen, sillä erilaiset yksinäisyyteen liitetyt kokemukset kietoutuvat vahvasti toisiinsa (esim. Victor ym. 2009).

Vuorovaikutusteorian lisäksi yksinäisyystutkimuksissa on usein viitattu Daniel Perlmanin ja Anne Peplauhin (1984), jotka ovat koonneet aikaisemmissa sosiaalitieteellisissä tutkimuksissa käytettyjä yksinäisyyden määritelmiä ja muodostaneet niiden perusteella yhteenvedon yksinäisyydelle tyypillisistä piirteistä. Heidän mukaansa 1) yksinäisyys on seurausta sosiaalisten suhteiden vajeesta tai puutteesta, 2) yksinäisyys on subjektiivinen kokemus, joka ei tarkoita samaa kuin objektiivisesti havaittava sosiaalinen eristäytyminen ja 3) yksinäisyys on epämiellyttävä ja satuttava kokemus. Vastaavanlaisessa katsauksessaan Jenny de Jong Gierveld (1998, 73–74) määrittelee yksinäisyyden tilanteiseksi ja subjektiiviseksi kokemukseksi, jossa ihmissuhteiden (laadun) puute koetaan epämiellyttävänä tai mahdottomana hyväksyä. Ami Rokach (2004) puolestaan kuvaa yksinäisyyttä universaalina ja ihmisen olemassaoloon kuuluvana ilmiönä, jota kuka tahansa voi kokea, taustastaan ja elämänvaiheestaan riippumatta. Rokachin mukaan yksinäisyyden kokemus on tuttu meille kaikille, mutta yksinäisyyden merkitykset, syyt ja seuraukset ovat yksilöllisiä ja vaihtelevat eri ihmisten välillä. Kokemuksena se on hänen mukaansa kipeä, ahdistava ja yksilöllinen, vaikkakin monimerkityksellinen myös sitä kokevalle ihmiselle itselleen. (Mt., 25.)

Yksinäisyydestä puhutaan myönteisenä kokemuksena vain harvoin, mutta sen tuoma vapaus, rauha ja lepo ovat nousseet osassa tutkimuksista esiin (esim. Dahlberg 2010; Graneheim ja Lundham 2010; Uotila 2011). Englanninkielisessä tutkimuskirjallisuudessa yksinäisyyttä on kuvattu myönteisenä ilmiönä ennen kaikkea käsitteellä *solitude*, joka on määritelty vapaaehtoiseksi ja toivotuksi tilaksi, joka näyttäytyy rakentavana tilana esimerkiksi luovalle ajattelulle (esim.

Killeen 1998; Carter 2000). Suomen kielessä vastaavaa yksinäisyyden myönteisiä puolia korostavaa sanaa ei ole, minkä vuoksi monissa tutkimuksissa kielteiset ja myönteiset merkitykset sijoitetaan usein saman termin alle, kun taas esimerkiksi Japanissa on viitisenkymmentä erilaista yksinäisyyttä ja yksinoloa kuvaavaa sanaa (Kangasniemi 2005, 250–251). Suomalaisten 90 vuotta täyttäneiden yksinäisyyskuvauksia tutkinut Hanna Uotila (2011, 65) pohtiikin yksinäisyys-sanaan liitettyjen merkitysten voivan suomen kielessä ja suomalaisessa kulttuurissa olla laajempia kuin muualla. Näin myös itse ajattelen, sillä kohtaamieni ikääntyvien kertomana yksinäisyys on saanut hyvin monisävyisiä, myös myönteisiä merkityksiä (Pajunen 2011).⁴

Myönteisenä koetun yksinäisyyden taustalla voi olla ajatus yksinäisyyden eksistentiaalisuudesta: olemassaolomme edellytyksenä nähdään erillisyys muista ja yksinäisyys näin ollen välttämättömänä ja elämään kuuluvana asiana. Keskeistä on se, miten yksinäisyyden kanssa voidaan elää, ei niinkään pyrkimys irtautua yksinäisyydestä tai lievittää sitä (Uotila 2011, 17). Clark Moustakas (1974) ymmärtää eksistentiaalisen yksinäisyyden myönteisenä asiana tehden eron ”yksinäisyyden pelkoon” ja ”aitoon yksinäisyyteen”. Moustakasin (1974) mukaan aidossa yksinäisyydessä on kyse siitä, että ihminen on pohjimmiltaan aina yksin, jolloin myös erilaiset elämäntapahtumat, kuten syntymä, kuolema, muutokset ja tragediat on kohdattava yksin. Tässä yksinäisyydessään ihminen ei kuitenkaan ole lamaantunut, vaan hänellä on voimavaroja ja kykyjä myös hyödyntää yksinäisyyttään (Kangasniemi 2005, 247).

Moustakasin (1974) ajatuksissa näen samankaltaisuutta ruotsalaisen Lars Tornstamin (1994; 2005) pohdintoihin, joiden pohjalta hän on luonut gerotranssendenssia koskevan teorian. Gerotranssendenssillä Tornstam on luonnehtinut vanhuutta elämänvaiheena, jossa tapahtuu eräänlainen metaperspektiivin muutos: suhde aikaan ja luontoon syvenee, ja ihminen kokee eräänlaisen henkistymisen ja valaistumisen irrottautuessaan muusta maailmasta (ks. Karisto 2008, 328). Vapaaehtoista yksinäisyyttä voi kuitenkin olla vaikea kontrolloida, sillä ihminen on sidottu tai kytköksissä monenlaisiin ihmissuhteisiin ja ympäröiviin olosuhteisiin (Dahlberg 2010, 203), eikä irtaantuminen muista ei aina tapahdu omasta tahdosta. Ikääntyvien ”maailmasuhdetta” tutkinut Jenni Spännäri

⁴ Ruotsalaisen aatehistorioitsija Karin Johannissonin (2012) mukaan yhteiskunnan harjoittama tunteiden ohjaus ei ole vain yhdensuuntaista, kuten rajoittamista ja hillitsemistä. Ympäristö myös aktivoi tunteita määrittämällä ne uudelleen ja paisuttelemalla niitä. ”Joskus moderni on tuottanut myös kollektiivista masennusta ja apatiaa, joskus romahduksen partaalla hoippuvaa stressiä ja hermostuneisuutta”, Johannisson kirjoittaa, ja haastaa samalla ymmärrystämme itsestä yksilöstä, joka todellisuudessa saattaa pohtia ”Pitääkö minun tuntea näin?”, ei niinkään ”Tunnenko minä näin?” (Mt., 21–22.) Myös yksinäisyyden osalta on tarpeen pohtia, missä määrin yksinäisyyden voimakas esillä olo julkisessa keskustelussa vaikuttaa siihen, että yksinäisyydestä on tullut aikakautemme tuote (esim. Saari 2010) ja siihen, millaisia kokemuksia ja tunteita sanotaan juuri yksinäisyydeksi.

(2007) kuvaa monen ikääntyvän tuntevan olonsa oudoksi ja itsensä vieraantuneeksi ympäröivästä yhteiskunnasta – tai pikemminkin kokevan yhteiskunnallisen elämän vieraantuneen siitä, millaista se ennen oli ja millaista sen pitäisi olla. Läsnä on kokemus siitä, että ollaan eri aaltopituudella kuin muut, eletään ikään kuin väärässä ”maailmanajassa”. Vanhoilla ihmisillä nämä yksinäisyyden tunnetta voimistavat kokemukset voivat liittyä nykyelämän hektisyyteen: tuntuu siltä, että ympärillä aika kuluu aina vain nopeammin ja kiire lisääntyy ja oma elämä on kuin hidastetusta filmistä. (Tiilikainen ja Karisto 2016; ks. myös Rosa ja Schauerman 2009.)

Erityisesti toisten ihmisten ympäröimänä odotukset ”samanaikaisuutta” tai ”samantahtisuutta” kohtaan voivat olla korkealla. Myös ihmisten ympäröimänä voi tuntea olevansa yksin ja toisaalta taas olla yksin kokematta itseään yksinäiseksi. Sosiaalinen aktiivisuus ja ihmisten läheisyys voi joskus jopa syventää kokemusta yksinäisyydestä (Weiss 1973, 13). Karin Dahlberg (2010) kuvaa yksinäisyyden konkretisoitumista tilanteissa, joissa ollaan yksin sekä tilanteissa, joissa toisia ihmisiä on ympärillä, mutta yhteyttä heihin ei löydy. Esimerkkeinä jälkimmäisistä hän mainitsee isot juhlat, joissa aikaa kulutetaan yksin, löytämättä ketään, jonka kanssa keskustella, sekä parisuhteessa koetun yksinäisyyden, jossa ”kumppanit eivät näe toisiaan”. Omaksi tyypikseen Dahlberg nostaa hoivaa tarvitsevien kokemuksen yksinäisyydestä, joka syntyy esimerkiksi sairaalan vuodeosastolla tai lääkärin vastaanotolla eli muiden ihmisten ympäröimänä. (Mt.)

Lähes poikkeuksetta yksinäisyyttä käsittelevissä tutkimuksissa tehdään erottelu koetun yksinäisyyden, yksin olemisen ja sosiaalisen eristäytymisen välille, joskin niiden on todettu ilmenevän myös samanaikaisesti (esim. Wenger ym. 1996; Victor ym. 2009). Erottelua ei kuitenkaan voida pitää itsestäänselvytenä. Varhaisissa yksinäisyyden teorioita tarkastelevissa tutkimuksissa käsitteitä on tarkasteltu rinnakkain tekemättä selkeää eroa niiden välille (ks. Perlman ja Peplau 1984; Marangoni ja Ickes 1989). Käsitteiden sekoittuminen näkyy kuitenkin yhä etenkin ikääntyvien yksinäisyydestä puhuttaessa, vaikka niin Suomessa kuin muualla Euroopassa valtaosa heistä asuu yksin kokematta itseään yksinäiseksi (esim. Victor ym. 2009; Graneheim ja Lundman 2010; Uotila 2011; Haapola ym. 2013).

Johnson ja Mullins (1987) ovat puhuneet eräänlaisesta yksinäisyyden raja-arvosta (*engl.* loneliness threshold), joka kussakin kulttuurissa on omanlaisensa. Siihen vaikuttavat käsitykset yksinolosta ja yksinäisyydestä: siitä miten hyväksyttäviä ne ovat ja millaisia merkityksiä niihin liitetään (Jones ym. 1985). Kuuden eurooppalaisen alueen vertailussa Marja Jylhä ja Jukka Jokela (1990) havaitsivat ikääntyvien yksinäisyyden olevan yleisempää yhteisöllisissä kulttuu-

reissa ja maissa, joissa yksin asuminen oli harvinaisempaa. Tarkempaan tarkasteluun tutkijat ottivat Kreikan ja Suomen päätyen ajatukseen, jonka mukaan sosiaalisten suhteiden ulkopuolelle jääminen voi yhteisöllisissä kulttuureissa johtaa yksinäisyyteen todennäköisemmin kuin kulttuureissa, joissa tiiviin yhteisöllisyyden ei lähtökohtaisesti oleteta kuuluvan kulttuuriin. (Mt.) Familistisissa kulttuureissa, joissa sukupolvet usein myös asuvat yhdessä, suhteet voivat olla ladattuja vahvoilla odotuksilla ja velvoitteilla. Tällöin sukukeskeisyys ei välttämättä takaa harmonista yhteenkuuluvuutta, vaan voi johtaa erimielisyyksiin ja läheissuhteissa koettuihin pettymyksiin. (Alitolppa-Niitamo ja Säävälä 2010, 147–148.)

Myös Weiss ja kumppanit (1973) ovat aikoinaan sivunneet yksinäisyyden sosiokulttuurista luonnetta peilattaessaan tutkimustuloksiaan sekä pohjois-amerikkalaisen että brittiläisen yhteiskunnan muutoksiin. 1970-lukulaiset pohdinnat liittyivät maiden ja kaupunkien sisäisen liikkuvuuden lisääntymiseen ja naisten siirtymiseen työelämään. ”Vaikka itse pysyisi paikallaan, ihmiset ympärillä liikkuvat, eikä pysyvyydestä voi koskaan olla varma”, kirjoitti David Riesman Weis- sin (1973, xiv) teoksen esipuheessa. Vuosikymmeniä myöhemmin Robert Putnam (1995; 2000) arveli amerikkalaisen yhteiskunnan yksilöllistyneen, kansalaisyhteiskunnan murentuneen ja sosiaalisen pääoman rapistuneen ennen kaikkea sen vuoksi, että teknologia on kehittynyt ja vapaa-aika siirtynyt erilaisiin virtuaalisiin ympäristöihin. Tiiviistä perhesuhteista on siirrytty vapaavalintaisempiin tai ainakin löyhempiin ihmissuhteisiin, minkä on ajateltu voivan voivan altistaa yksinäisyydelle, jos ihminen syystä tai toisesta jää sosiaalisten suhteiden ulkopuolelle (Bauman 1994, 23).

Kiinnostavasti yksinäisyyttä käsittelevissä tutkimuksissa onkin enenevässä määrin viitattu irrallisuuden ja kuulumattomuuden kokemuksiin (esim. Hawley, Browne ja Cacioppo 2005). Jo 1950-luvulla Riesman (1989[1950]) esitti pohjois-amerikkalaisen kulttuurin kehittyneen ”ulkoapäin ohjautuneeksi” (*engl. other directed*): yhä useammat ihmiset haluavat olla paitsi suosittuja, myös yhdenmukaistua, jolloin he tarkkailevat jatkuvasti sosiaalista ympäristöään, nähdäkseen kuinka heidän tulisi käyttäytyä. Toisin kuin ”itseän päin suuntautuneet” (*engl. inner directed*) ulkoapäin suuntautuneet ihmiset muovaavat ominaispiirteitä muiden ihmisten vaikutuksesta, etääntyen omista haluistaan ja toiveistaan. Lopputuloksena voi olla se, että muihin suuntautuneet ihmiset kokevat levottomuutta ja ystävien suosion saaminen korostuu ilman, että siihen olisi koskaan tyytyväinen. (Mt.; Riesman ym. 1989; Kangasniemi 2005, 263.) Sama ajatus on löytänyt tiensä myös myöhempiin identiteettiteorioihin ja -keskusteluihin. Elina Virokannas (2004, 53) on puhunut identiteetin ”heilurimaisesta liikkeestä”, jossa vaikutteita imetään jatkuvasti ympäriltä, ja minuutta rakennetaan ikään kuin heilahdellen erilaisten identiteettien välillä.

Ikääntymisen näkökulmasta ulkoa- ja sisältäpäin ohjautuvuutta on tarkastellut Simon Biggs (1999), jonka mukaan myös vanhemmiten identiteetin rakentumisessa paljon on kiinni siitä ”sosiaalisesta tilasta”, jossa ihminen elää. Kyp-
sän identiteetin ainekset ja kohteet löytyvät niin nykypäivästä ja ihmisen ulko-
puolelta kuin hänen elämänhistoriastaan ja sisäisestä maailmastaan. Antti Ka-
riston (2008) mukaan vanhemmiten identiteetin heiluriliike ei siis lakkaa, mutta
muuttaa muotoaan horisontaalisesta diakroniseen eli ajan suuntaiseen liikkeeseen.
Tällöin ulkoa ohjautuminen korvautuu entistä enemmän sisältä ohjautu-
misella. (Mt., 321–323.) Vanhemmiten myös yksinäisyyttä koetaan ja arvioi-
daan eri tavoin kuin aiemmissa elämänvaiheissa (Green ym. 2001), mikä voi
osaltaan selittää sitä, että ikääntyvien yksinäisyyskuvauksissa yksinäisyys saa
myönteisempiä merkityksiä kuin nuorempien ikäryhmien keskuudessa (esim.
Rokach 2007). Ihmisten yhdessä olemisen tapojen muuttuessa myös heidän yk-
sinäisyytensä muuttuu (Eräsaari 2011, 33).

Marja Jylhä ja Marja Saarenheimo (2010) korostavat yksinäisyyden olevan
parhaiten ymmärrettävissä relationaalisena kokemuksena. Jotta ihminen voi
kokea olevansa yksinäinen, on hänen vähintään oltava tietoinen siitä, mitä mer-
kitykselliset ihmissuhteet, yhteys muihin ihmisiin tai kuuluminen yhteisöön
merkitsee. Toisekseen yksinäisyyden kokemus rakentuu usein vertailun ympärille:
se mitä koen nyt, peilautuu yhtäältä niin menneeseen kuin tulevaan elä-
mäntilanteeseen ja toisaalta muihin ihmisiin ja heidän elämäntilanteisiinsa.
(Mt., 317.) Samanlaisia ajatuksia on Dahlbergilla (2010, 205), jonka mukaan yk-
sinäisyys kietoutuu ennen kaikkea eletyn maailman aikaan (*engl.* life-world
time), jota voisi Oili-Helena Yljoen (2014) käsittein kutsua ”toiminnan ajaksi”.
Se ei ole yksinomaan mitattavissa olevaa kelloaikaa vaan aikaa, joka linkittyy
niin tässä hetkessä elettyyn kuin historialliseen aikaan sekä kulttuurisesti jaet-
tuihin jäsennyksiin siitä, kuinka usein, kuinka kauan ja missä järjestyksessä asi-
oiden tulisi tapahtua (mt.). On puhuttu ”elämänkelloista” (Kimmel 1974), joiden
kilkattaessa elämän kulttuuriset aikataulut iskostuvat mieliimme: osaamme sa-
noa tapahtuuko jokin asia ”liian varhain”, ”liian myöhään” tai ”juuri oikeassa
hetkessä” (Marin 2001, 35).

Yksinäisyyden ajalliseen luonteeseen on viitattu myös emotionaalista ja so-
siaalista yksinäisyyttä jaoteltaessa. Sosiaalisen yksinäisyyden on sanottu olevan
yhteydessä nykyhetkeen, sosiaalisen identiteetin ja omanarvontunnon vahvista-
miseen. Emotionaalisen yksinäisyyden juuret voivat sen sijaan olla syvällä, esi-
merkiksi lapsuuden kokemuksissa ja niiden aiheuttamissa vaikeuksissa muo-
dostaa itselle merkittäviä ihmissuhteita. (Kangasniemi 2005, 260–261.) Myös
Weiss (1973, 23) on viitannut yksinäisyyden ajalliseen luonteeseen emotionaa-
lista ja sosiaalista yksinäisyyttä jäsentäessään ja todennut, että iltaan, yöhön ja
hämärän aikaan liitettävät yksinäisyyden tyhjyyden kuvaukset ovat ominaisia

nimenomaan emotionaaliselle yksinäisyydelle: olemassaolo on päämäärätöntä ja siihen kuuluvat marginaalisuuden kokemukset. Omaelämäkerrallisia yksinäisyyskirjoituksia analysoineen Henna Mikkolan (2005, 138) mukaan ilta-aikaan kietoutuva yksinäisyys näyttäytyy ensisijaisesti poissaolona, tyhjyytenä ja hiljaisuutena, joka on jopa pelottavaa, sillä se merkitsee ”minuuden raukeamista tyhjiin” (ks. myös Koivunen 2001).

Varhaisissa yksinäisyystarkasteluissa yksinäisyydestä on eroteltu myös toisenlaisia aikaulottuvuuksia. ”Tilapäisellä” yksinäisyydellä on viitattu ohimeneviin yksinäisyyden kokemuksiin, jotka ovat kaikkein yleisimpiä. ”Tilanteinen” yksinäisyys liittyy erilaisiin elämänmuutoksiin ja kriiseihin, kuten sairauteen, puolison kuolemaan, avioeroon, työpaikan menetykseen, eläkkeelle siirtymiseen tai muuttoon vieraalle paikkakunnalle. Useimmiten muutokseen sopeudutaan ajan myötä hyväksymällä tapahtunut tai toimimalla muuten niin, että menetys tulee korvattua ja yksinäisyyden tunne katoaa. ”Krooniseksi” yksinäisyys kehittyy, jos ajan myötä ei onnistu löytämään tyydyttäviä ihmissuhteita. (Young 1982; Kangasniemi 2005, 258.) Tällöin yksinäisyys voi olla elämänmittaista ja ihmisen identiteetti rakentua yksinäisyyden ympärille (Saari 2010, 25–26). Yksinäisyyttä on kuvattu myös toistuvaksi eli ”sykliseksi” sekä ”tulevaisuuteen kohdistuvaksi” yksinäisyydeksi, joka on tyypiltään potentiaalista, eräänlaista yksinäisyyden pelkoa (Kangasniemi 2005, 258–259).

Yksinkertaisimmillaan yksinäisyyden ajallinen luonne nousee esiin jaoteltaessa yksinäisyys tilanteiseksi (*engl.* state loneliness) ja sisäiseksi (*engl.* trait loneliness) kokemukseksi (esim. Marangoni ja Ickes 1989; Hector-Taylor ja Adams 1996). Ikääntyvien yksinäisyyttä tutkineen Hanna Uotilan (2011) mukaan jaottelu ei tee oikeutta yksinäisyyden moninaisuudelle, mutta havainnollistaa sen erilaisia ulottuvuuksia (ks. Palkeinen 2005a, 119). Tilanteiseen yksinäisyyteen paikantuu kulttuurisesti hyväksyttäviä selityksiä yksinäisyydelle, kuten tekemisen ja toimijuuden puute tai tilanteita, jotka aiheuttavat turvattomuuden tunnetta sekä osittain myös konkreettinen yksinolo. Tällöin yksinäisyys on lyhytaikaista ja läsnä vain tietynlaisissa tilanteissa, esimerkiksi viikonloppuisin tai tiettyinä vuodenaikoina. Sisäinen kokemus yksinäisyydestä näyttäytyy toisenlaisena, ulkoisista olosuhteista suhteellisen riippumattomana. Esimerkiksi tarpeettomuuden ja hylätyksi tulemisen tunne liittyvät voimakkaasti omiin kokemuksiin itsestä ja omasta olemassaolosta, jolloin yksinäisyys voi olla jatkuvaa, koko elämän värittämää. (Mt.)

Lars Andersson ja kumppanit (1987, 128) ovat kuvanneet sosiaalisen yksinäisyyden olevan kokemus, jota voi tuntea enemmän tai vähemmän tietyissä tilanteissa, kun taas emotionaalinen yksinäisyys on joko läsnä tai ei lainkaan. ”Kun se loppuu, se loppuu”, Weiss (1973, 14) on kirjoittanut juuri emotionaaliseen yksinäisyyteen viitaten. Ruotsissa, 1970-luvulla toteutetussa, määrällisessä

pitkittäistutkimuksessa Samuelsson ja kumppanit (1998) havaitsivat yksinäisyyden olevan ikääntyneillä melko pysyvä tila, vaikka kolmentoista tutkimusvuoden aikana olisi tapahtunut merkittäviäkin muutoksia sosiaalisissa suhteissa, siviilisäädystä tai elinolosuhteissa. Sen sijaan tuoreessa pitkittäistutkimuksessaan Dahlberg ym. (2014) haastavat käsityksen yksinäisyydestä pysyvänä olotilana: seitsemän vuoden seurannan aikana yksinäisten määrä oli yleisellä tasolla hie-man kasvanut, mutta yksilötason muutoksia oli tapahtunut toiseenkin suuntaan eli yksinäisyys oli iän myötä myös lievittänyt. Vastaavanlaisia tuloksia saivat Dykstra ym. (2005) hollantilaisessa pitkittäistutkimuksessaan. Yksinäisyyskokeemukset voivat myös ”aaltoilla” yksilön elämänkulun aikana, kuten Wenger ja Burholt (2004) ovat walesiläisessä kahdenkymmenen vuoden pitkittäistutkimuksessa havainneet.

Yksinäisyyden ajalliseen luonteeseen on tartuttu myös niin sanottujen kehityksellisten heijastumien (*engl.* developmental trajectories) näkökulmasta. Käsitteellä on viitattu biologisiin ja psykologisiin muutoksiin, joita ihminen elämänsä aikana kohtaa ja joiden seuraukset saattavat nousta pintaan vasta myöhemmissä elämänvaiheissa (esim. Crosnoe ja Elder 2002). Aikuisiällä koetun yksinäisyyden taustalta voi paljastua esimerkiksi koulukiusaaminen, johon liittyvien kokemusten vuoksi sosiaalisista suhteista on lähes tyystin vetäydytty (esim. Segrin ym. 2013; Tiilikainen 2016b). Myös heikon lapsuudenaikaisen terveyden, sosioekonomisen aseman ja vanhempien päihteiden käytön on havaittu lisäävän todennäköisyyttä kokea yksinäisyyttä myös vanhemmiten (esim. Hawkey ja Cacioppo 2010; Kamiya ym. 2013.) Yhteyttä on selitetty itsemäärättelyä ja roolikäsitystä kuvaavilla tekijöillä, joiden on ymmärretty liittyvän yksinäisyyden kokemukseen niin lapsuudessa kuin ikääntyttyä. Jong Gierveldin (1998) mukaan lapsuuden vaikeat olot voivat synnyttää kokemuksen voimattomuudesta, torjutuksi tulemisesta ja kuulluksi tulemisen puutteesta, joilla voi olla pitkäkestoisia vaikutuksia myös yksinäisyyteen.

Kasvavasta kiinnostuksesta elämänkulkua kohtaan (esim. Giele ja Elder 2009) huolimatta useimmissa yksinäisyyttä käsittelevissä tutkimuksissa kiinnostus on kohdistunut vain yksittäiseen elämänvaiheeseen eli siihen, jota parhaillaan eletään. Myöhemmällä iällä koettua yksinäisyyttä on perinteisesti selitetty iän myötä tapahtuvalla sosiaalisen verkoston pienenemisellä ja kontaktien määrän vähenemisellä (esim. Holmén ym. 1992, Fees ym. 1999, Routasalo ja Pitkälä 2003). Ikääntyminen tuokin usein mukanaan yksin jäämistä, kun oman toimintakyvyn heikentyessä mahdollisuudet tavata muita ihmisiä rajoittuvat. Iäkäs kohtaa herkästi myös konkreettisia menetyksiä läheisten ihmisten ja ystäväpiirin ikääntyessä. Kuitenkin vähän tiedetään siitä, miten muut elämänvaiheet ja elämänkulun varrelle sijoittuvat polut ovat vaikuttaneet siihen, miksi ja millä ta-

voin yksinäisyyttä myöhemmällä iällä koetaan. Myös yksinäisyydessä elämänkulun varrella tapahtuneita muutoksia on vain harvoin ikääntyviä käsittelevissä tutkimuksissa tarkasteltu.

Lähelle yksinäisyyden elämäkulullista luonnetta ovat tulleet brittiläisiä ikääntyviä haastatelleet Victor ja kumppanit (2009), jotka tunnistivat tutkimuksessaan ikääntyviä, joiden yksinäisyys oli vähentynyt, kun taas osalle yksinäisyys oli ollut iän myötä kohdattu uusi kokemus ja toisille varsin pysyvä ja elämänmittainen olotila. Victor ym. (mt., 167) havaitsivat yksinäisyyden liittyvän ennen kaikkea menetyksiin, joista he erottelevat kaksi tasoa: kumppanin, uskotun, lapsen tai parhaan ystävän menetyksen, joiden suora seuraus on olemassa olleen ihmissuhteen katkeaminen ja siihen liittyneen sosiaalisen vuorovaikutuksen kaipuu. Toiseen tasoon tutkijat liittävät epäsuorasti sosiaaliseen vuorovaikutukseen vaikuttavat menetykset, joita ovat terveydessä, liikkuvuudessa, taloudellisessa riippumattomuudessa ja työllisyydessä tapahtuvat menetykset sekä elinympäristössä tapahtuvat muutokset.

Jaottelussa on selvää hengenheimolaisuutta Weissin (1973) emotionaaliseen ja sosiaaliseen yksinäisyyteen, mutta Weissin tarkasteluissa ja etenkin myöhemmissä vuorovaikutusteoriaa hyödyntävissä yksinäisyystutkimuksissa kiinnostus on kohdistunut ennen kaikkea yksilöön itseensä. Kuten moni muukin sosiologisesti orientoitunut tutkija, Victor ym. (2009, 49) muistuttavat yksilötason tarkastelujen tarjoavan vain osittaisen selityksen ja analyysin tutkittavasta ilmiöstä: ymmärtääkseen yksilöiden välisiä ihmissuhteita on tarkasteltava sekä yksilöä itseään että sosiokulttuurista kontekstia, jonne ihminen elämänsä kulunsa varrelle sijoittuu. Tähän haasteeseen olen tutkimuksessani halunnut tarttua. Seuraavaksi täsmennän tutkimustehtävääni hyödyntäen elämänsä kulusta käytyä keskustelua.

2.2 Tutkimustehtävän täsmentäminen

Tutkimustehtäväni on vastata kysymykseen, millä tavoin myöhemmällä iällä koettu yksinäisyys kietoutuu elämänsä kulkuun. Kiinnostukseni kohdistuu ihmisten väliselle toiminnalle tunnusomaisten piirteiden tarkasteluun ja yksilötason muutoksesta tai pysyvyydestä kertovien kokemusten tavoittamiseen. Sen rinnalle tuon eletyn elämän kokemuksellisuuden, arkielämän tason, joka osaltaan linkittyy ympäröiviin yhteiskunnallisiin aineksiin.⁵ Anneli Pohjolan (1994, 20–

⁵ Dannefer ja Settersten (2010, 7–12) ovat jaotelleet elämänsä kulkua käsitteleviä lähestymistapoja henkilöloogiseen ja institutionaaliseen elämänsä kulkuparadigmaan, joista ensimmäinen juontaa

21) tavoin ymmärrän elämänkulun ennen kaikkea ajassa tapahtuvana kokemuksellisena prosessina, jossa yksilölliset elämäntapahtumat ja tilanteet kietoutuvat kokonaisuudeksi paikallisissa kulttuurisissa puitteissa. Eletty elämä ja siihen liittyvät kokemukset eivät muodostu historiallisessa ja sosiaalisessa tyhjiössä tai vain biologisten prosessien säätelämänä (Marin 2001, 36).

Keskeistä elämänkulun käsitteelle on ymmärrys elämän prosessimaisuudesta. Ihmisen kokemuksia, toimintaa ja niitä ympäröiviä olosuhteita ei voida ymmärtää rajaamalla tarkastelu vain tiettyyn elämänvaiheeseen, vaan on kiinnitettävä huomio myös aiempiin elämäntapahtumiin, ihmissuhteisiin ja laajempiin yhteiskunnallisiin tekijöihin ja muutoksiin. Elämänkulkua käsittelevissä tai sitä sivuavissa tutkimuksissa kiinnostus onkin usein kohdistunut elämän käännekohtiin, jotka muodostavat ”ankkureita”, joiden ympärille yksilön elämäntarina rakentuu (Purhonen ym. 2008, 37) tai elämänpolkujen suuntaa ohjaavia alku- tai pääkäännetekohtia (Elder ja Johnsson 2002, 64–68). Tällaisia käännekohtia voivat olla esimerkiksi lapsen tai lapsenlapsen syntymä (Jokinen 1991; Kaufman ja Elder 2002; Arber ja Timonen 2012), sotakokemus (Elder ja Clipp 1989; Tuomaala 2008) tai puolison menettäminen (Chambers 2005; Koskimäki 2010).

Marja Jylhän (1990, 132) mukaan elämänmuutoksia ja tapahtumia ei voida yksiselitteisesti luokitella myönteisiin tai kielteisiin, sillä ne muovaavat yksilön elämää hänen toimintansa, valintojensa ja mahdollisuuksiensa välityksellä. Elämänkulun metateorialle ominaista on ymmärrys elämänkulun suuresta joustavuudesta. Ihmisen kohdatessa menetyksiä ja muutoksia hän etsii ja kokeilee omien toimintamahdollisuuksien rajoja ja selvittää edellytyksiä, joiden avulla niin sanottua joustovaraa on mahdollista ottaa käyttöön. Joustavuus on vahvasti sidoksissa elämänkulun aikaisiin biologisiin ja sosiaalisiin ehtoihin sekä elämän aikana karttuviin kokemuksiin. Mennyt elämä vaikuttaa tulevaan, mutta mikään ikävaihe tai elämäntapahtuma ei ole elämänkulkua ehdottomasti määräämässä. (Ruoppila 2014, 101–102.)

Elämänkulututkimuksessa usein esillä olevalla linkittyvien elämien käsitteellä näen olevan yhteistä Norbert Elias (1978) ajatuksiin ihmisen sidoksellisuudesta: ihmiset ovat lähtökohtaisesti kiinnittyneitä toisiinsa, jopa pääsemättömissä toisistaan (mt., 135–137; Castrén 2009, 30–31). Sosiaalipsykologi Klaus Weckroth (1991) on puhunut meisyydestä, jolla hän on Elias (1978) tavoin halunnut ylittää minäkeskeisen identiteettipohdinnan tai pikemminkin minäkeskeisen toiminnan tarkastelun. On tilanteita, joissa tekijä tai toimija ei ole ”minä”

juurensa pohjois-amerikkalaisesta ja jälkimmäinen eurooppalaisesta elämänkulun tutkimusperinteestä. Keskeisin ero paradigmoissa on se, ollaanko kiinnostuneita yksilötason muutoksista vai yhteiskunnallisista ja normatiivista rakenteista, jotka ohjaavat yksilön elämänkulkua. Itse liikun näiden kahden paradigman välimaastossa.

vaan kertakaikkisesti ”me”, mikä panee peräämään ”meisyyden” tutkimista (Weckroth 2006, 210). Filosofi Frank Martela (2015, 237–238) puolestaan kirjoittaa ”suhdeloista”, ei yksilöistä: ihminen on oman elämänsä ”keskushyökkääjä”, jonka elämä ei loppupeleissä ole yksinomaan hänen käsissään.

Ajatusta linkittyvistä elämistä on mahdollista jäsentää sosiaalisen saattueen ja sosiaalisten polkujen käsitteillä, jotka myös juontavat juurensa elämänkulkua käsittelevistä tutkimuksista. Sosiaalisilla saattueilla (*engl.* social convoy) on viitattu ihmisen elämänkulussa kulkeviin pitkäaikaisiin sosiaalisiin verkostoihin, kuten ystäviin ja perheeseen, jotka vahvistavat kokemusta omasta itsestä ja yhteydentunteesta muihin ihmisiin (Kahn ja Antonucci 1980; Antonucci ja Akiyama 1995). Käsitteenä se on linkittyviä elämiä suppeampi, mutta pitää sisällään samanlaisen ymmärryksen siitä, että ihmiset elävät kiinnittyneinä toisiinsa ja vaikuttavat toistensa elämiin. Alun perin Robert Kahnin ja Toni Antonuccin (1980) kehittämässä sosiaalisen saattueen mallissa sosiaalista saattuetta on kuvattu yksilön dynaamisena sosiaalisena verkostona, joka toimii suojaavana ja tukevana pohjana elämänkulun eri vaiheissa ja käännteissä. Siihen on liitetty muun muassa parisuhde, perhe, ystävät ja uskonto, joista jokaisella voi olla merkittävä rooli yksilön hyvinvoinnille ja sille, miten ihminen itseään ja elämäänsä arvioi (Crosnoe ja Elder 2002).

Fiori, Smith ja Antonucci (2007) ovat jäsentäneet kolme erilaista sosiaalisen saattueen tyyppiä, joita ovat perhekeskeinen, ystäväkeskeinen ja rajallinen sosiaalinen saattue. Jälkimmäisen he liittävät ennen kaikkea ikääntymiseen, jolloin menetyksiä kohdataan muita elämänvaiheita herkemmin, eikä uusia ihmissuhteita välttämättä muodostu. Tähän voivat vaikuttaa toimintakyvyn ja ympäristön tuomat rajoitukset, mutta myös ikääntyneen itsensä päätös rajata sosiaalinen verkosto vain sellaisiin ihmisiin, joihin hän kokee yhteydenpidon tyydyttäväksi ja itselle merkitykselliseksi (mt., 323). Ikääntyvien sosiaalista elämää tarkastellut David Unruh (1980; 1983) on peräänkuuluttanut ihmisten kuuluvan ja kiinnittyvän elämänkulkunsa aikana moniin enemmän tai vähemmän toisistaan irrallisiin ”sosiaalisin maailmoihin”. Niihin liittyvät kohtaamiset voivat olla niin hetkellisiä kuin pidempiaikaisiakin ja ne voivat tapahtua esimerkiksi sanomalehden lukemisen tai television katselun, ja nykyisin yhä enemmän myös sosiaalisen median välityksellä. Sosiaaliset maailmat ovat sosiaalisesti muotoutuneita, jolloin niihin liittyy paitsi muita ihmisiä, myös organisaatioita tai erilaisia ja eritasoisia instituutioita (Jyrkämä 2001, 299–300). Voidaan puhua myös ”sosiaalisista ympäristöistä”, jolla on viitattu erilaisiin ilmiöihin, tapahtumiin ja voimiin, jotka ovat olemassa ihmisen itsensä ulkopuolella linkittäen hänet toisiin ihmisiin (Dannefer 1992; ks. myös Wahl ja Lang 2002).

Sosiaalisilla poluilla (*engl.* social pathways) on puolestaan viitattu sosiaaliin rooleihin, joita ihmiset omaksuvat elämänsä aikana. Usein kiinnostus on kohdistunut läheissuhteisiin, kuten parisuhde- ja perhehistoriaan (esim. Crosnoe ja Elder 2002; Nock 1998). Kaisa Ketokiven (2014, 140) mukaan merkitykselliset läheissuhteet ovatkin sosiaalisista rooleista kokonaisvaltaisimpia, sillä ne vaikuttavat keskeisesti niin minuuden kehitykseen (Mead 1934), asumiin liittyviin elämänvalintoihin (Mason 2004), ajankäyttöön (Jallinoja 2008) sekä antavat tukea ja hoivaa elämän eri vaiheissa (Williams 2004). Myös työelämään liittyvillä rooleilla voi olla iso merkitys yksilön elämänsä aikana (esim. Kohli 1986; Shanahan, Elder ja Miech 1997; Perry-Jenkins, Repetti ja Crouter 2000; Crosnoe ja Elder 2002). Perry-Jenkinsin ja kumppaneiden (2000) mukaan työelämässä omaksutuilla tai saavutetuilla rooleilla, voi olla vaikutuksensa siihen, miten ihminen avioi itseään ikääntyessään ja rakentaa ja ylläpitää sosiaalisia suhteitaan. Tärkeänä näyttäytyy se, miten työura on edennyt - tasaisesti vai katkonaisesti – ja miten se on päättynyt eläkkeelle siirryttyä (mt.; Kohli 1991; Crosnoe ja Elder 2002). Sosiaalisten roolien menetykset ja muutokset voivat osaltaan vaikuttaa kielteisesti ihmisen minäkuvaan ja itsearvostukseen, etenkin jos minäkäsitys on perustunut vahvasti tiettyihin rooleihin ja niihin liittyviin muiden ihmisten odotuksiin (Sarvimäki ym. 2009, 170).

Tutkimustehtävänäni olen ammentanut edellä kuvatuista varsin monisäikeistäkin aineksista. Keskeisimpänä on ymmärrys siitä, ettei ihmisen kokemuksia voida ymmärtää rajaamalla tarkastelu vain yksilöön itseensä tai yksittäiseen elämänsä vaiheeseen. Ymmärtääkseni myöhemmällä iällä koettua yksinäisyyttä paremmin tutkimuksessani kysyn:

- Millaisten sosiaalisten polkujen ympärille myöhemmällä iällä koettu yksinäisyys rakentuu?
- Millaisia elämäntapahtumia tai elämänsä vaiheita noiden polkujen varrelle linkittyy?
- Millaisia muutoksia yksinäisyydessä elämänsä aikana mahdollisesti tapahtuu?

Ensimmäisen ja toisen kysymyksen avulla etsin vastauksia siihen, miksi yksinäisyyttä koetaan. Kysymykset kumpuavat linkittyvien elämien käsitteestä, jota olen lyhyesti avannut erityisesti sosiaalisten polkujen ja sosiaalisen saattueen, mutta myös elämänsä käänteiden näkökulmasta. Ajatus elämänsä kulkun joustavuudesta ja monensuuntaisuudesta liittyy erityisesti kolmanteen tutkimuskysymykseeni. Siihen vastatakseni tarkastelen yksinäisyydessä mahdollisesti tapah-

tuvia muutoksia kahdella eri aikatasolla, joista toinen pyrkii tavoittamaan haastateltavieni elämänkulkua ja -historiaa ja toinen elämää niiden vuosien aikana, joihin seurantatutkimus haastatteluineen sijoittuu. Tehtävänä ajassa tapahtuvien muutosten tavoittaminen on kaikkein haasteellisin, sillä elämänkulussa yksilöllinen, kollektiivinen ja yhteiskunnallinen aika kohtaavat toisensa (esim. Pohjola 1991; Pohjola 1994). Ennen tutkimusaineistoni ja -orientaationi esittelyä ja varsinaisiin analyysilukuihin uppoutumista onkin vielä tarpeen tarkastella, millaista metodologista keskustelua yksinäisyydestä ja elämänkulusta on käyty.

3 Tutkimuksen metodologinen juoni

Tutkimukseni on laadullinen seurantatutkimus, mutta yksittäiseen menetelmään ja sen ortodoksiseen noudattamiseen en ole halunnut tiukasti sitoutua, sillä se ei ole tarkoituksenmukaista. Olen hakenut vaikutteita sekä etnometodologiasta, jossa pureudutaan arkielämän kokemuksiin sellaisena kuin ihmiset itse ne ymmärtävät (esim. Garfinkel 1987; Heritage ja Arminen 1996), että etnografiasta, jonka perusajatuksena on tiedon rakentuminen paitsi osallistumisen ja erilaisten aineistojen hyödyntämisen myös aineiston ja teoreettisen vuoropuhelun kautta (esim. Hammersley ja Atkinson 2007; Rastas 2010; Virkola 2014). Tutkimuksessani on kaikkia näitä elementtejä, mutta tyypillisestä etnografisesta tutkimuksesta poiketen, en ole viettänyt kentällä yhtäjaksoisesti pitkiä aikoja. Tässä luvussa kuvaan tutkimusaineistojani, -orientaatiotani ja analyysin kulkua. Lähdän liikkeelle tarkastelemalla, millaisin tutkimusottein yksinäisyyttä ja elettyä elämää on lähestytty aikaisemmissa tutkimuksissa.

3.1 Menetelmällisiä tarttumapintoja

Sosiaalitieteellisissä metodikeskusteluissa on usein korostettu eroa määrällisen ja laadullisen tutkimuksen välillä. Määrällisen tutkimusotteen on perinteisesti ajateltu perustuvan deduktiiviseen prosessiin eli etenevän yleisestä yksityiskohdaiseen, laadullisen tarkastelun liikkua yksityisestä yleiseen induktiivisen perinteen mukaisesti (Hirsjärvi ja Hurme 2008, 21–26). Menetelmien välinen debatti ulottuu yli kahdensadan vuoden päähän (Hammersley 1989), ja myös viime vuosikymmeninä on puhuttu milloin määrällisten, milloin laadullisten aineistojen ja niitä hyödyntävien tutkimusotteiden puolesta (Karisto 2008, 50). Elämäntapojen moninaistumisen ja siihen keskittyvän tutkimuksen myötä laadullinen tutkimusote nousi sosiaalitieteissä 1990-luvulla miltei hallitsevaan asemaan, kun perinteisten deduktiivisten tutkimusmenetelmien koettiin olevan riittämättömiä ja epäonnistuvan arjen liikkuvien kokemusten ja käytäntöjen tavoittamisessa. Myös määrälliselle tutkimukselle ominaista objektiivisuuden vaatimusta ryhdyttiin pitämään mahdottomana, ja tutkijan refleksiivisyys haluttiin nostaa olennaiseksi osaksi tutkimusprosessia. (Flick 2009, 12–14.)

Yksinäisyystutkimuksen parissa tilanne on kuitenkin ollut toinen. Yksinäisyyden on kyllä ymmärretty olevan yksilön subjektiivinen kokemus, mutta esimerkiksi yksinäisyyttä kokevien haastattelemiseen on suhtauduttu skeptisesti, sillä vuorovaikutteisella haastattelutilanteella on ajateltu olevan vaikutus siihen, miten ihmiset yksinäisyyttään jäsentävät, ja sen on ajateltu nakertavan tutkimuksen objektiivisuutta ja luotettavuutta (Saari 2010, 143). Laadulliselle tutkimukselle ominaiset piirteet, merkitykset, kokemusmaailma ja tutkijan refleksiivisyys (esim. Ronkainen ym. 2011 81–82) ovatkin olleet yksinäisyystutkimukselle yllättävän vieraita. Metodologisesti keskeiseksi kysymykseksi on nostettu, voimmeko, ja jos voimme, niin miten tunnistaa ihmiset, jotka ovat yksinäisiä (Victor ym. 2009, 55).

Kyselytutkimuksissa usein käytössä ollut lähestymistapa on kysyä ihmiseltä itseltään suoraan hänen mahdollisesta yksinäisyydestään. Tällöin on käytetty kysymystä kuten ”tunneteko itsenne yksinäiseksi” (Holmén ym. 1992; Jylhä 2004; Haapola, Karisto ja Kuusinen-James 2009), ”kuinka usein tunnette yksinäisyyttä” (Victor ym. 2005), ”kärsittekö yksinäisyydestä” (Savikko ym. 2005; Routasalo ym. 2005) tai ”kuinka monena päivänä viime viikolla tunsitte olevanne yksinäinen?” (Koropeckyj-Cox 1998; Schnittker 2007). Vastausvaihtoehtoina on ollut esimerkiksi ”usein”, ”joskus” ja ”ei koskaan” (Jylhä 2004), ”ei koskaan”, ”joskus”, ”usein ja ”aina” (esim. Jones ym. 1985; Samuelsson ym. 1998) tai ”jatkuvasti”, ”usein”, ”silloin tällöin”, ”harvoin” ja ”ei koskaan” (Holmen ja Furukawa 2002; Haapola ym. 2013). (Ks. myös Uotila 2011, 24.) Olemassa on myös tutkimuksia, joissa vastaajaa on pyydetty kertomaan, mihin seuraavista ryhmistä hän itse itsensä sijoittaisi: ”ei yksinäinen”, ”kohtalaisen yksinäinen”, ”vaikeasti yksinäinen” ja ”erittäin yksinäinen” (Jong Gierveld ja Kamphuls 1985; Baarsen ym. 2001)⁶.

Yksittäistä, suoraa ja itsearviointiin perustuvaa kysymystä on pidetty helpokäyttöisenä, ja sen käyttö on koettu hyväksyttävänä myös tutkittavien keskuudessa (Victor ym. 2009, 56). Oletteko yksinäinen? -tyyppisen kysymyksen on todettu sopivan erilaisia mittareita paremmin juuri ikääntyvien yksinäisyyden tavoittamiseen (Fees, Martin ja Poon 1999; Holmén ja Furukawa 2002), mutta myös sillä on heikkoutensa. Yksinäisyyden saamat merkitykset voivat syystä tai toisesta olla hyvinkin erilaisia, kuten olen edellä tuonut esiin. Yksinäisyyteen on liitetty myös häpeää (esim. Taimela 2005; Dahlberg 2010), minkä vuoksi itsearviointiin perustuva kysymyksen on pelätty tavoittavan niin sanotusti ”julkisesti hyväksyttyjä” vastauksia jättäen osan yksinäisyyskokemuksista tavoittamatta

⁶ Suomekseni jaottelusta ”the not lonely, the moderate lonely, the severely lonely and the extremely lonely”.

(Victor ym. 2009, 57). Myöskään annetut vastausvaihtoehdot eivät ole ongelmattomia, ja etenkin ”silloin tällöin” -luokittelu on herättänyt keskustelua, sillä se on esimerkiksi tulkittu sekä neljäsosaksi että noin puoleksi kysytystä ajasta (Pepper 1981; Schaeffer 1991).

Yksinäisyyden kartoittamiseksi kyselytutkimuksissa on käytetty myös toisenlaista, niin sanottua moniulotteista ja ulkoapäin määriteltyä lähestymistapaa. Tällöin yksinäisyyttä on tarkasteltu erilaisten mittareiden avulla, ja kiinnostus on kohdistunut ennen kaikkea yksinäisyyden syihin ja eri ilmenemismuotoihin, ei niinkään yksinäisyyden voimakkuuden vaihteluihin, kuten yksittäisen kysymyksen kohdalla (Tiikkainen 2006, 16). Yksi käytetyimmistä mittareista on 1970-luvulla kehitetty UCLA Loneliness Scale, jossa yksinäisyyttä mitataan sisäisillä tunteilla ja kokemuksilla läheisistä ihmisistä, ystävistä ja ihmissuhteista (esim. Russell, Peplau ja Ferguson 1978; Russell 1996). Toinen yleisesti käytetty mittari on de Jong Gierveld Loneliness Scale, joka myös perustuu Weissin (1973) vuorovaikutusteoriaan ja sisältää viisi sosiaalista yksinäisyyttä käsittelevää ja kuusi emotionaalista yksinäisyyttä käsittelevää väittämää (Jong Gierveld ja Tilburg 2006). Muun muassa jälkimmäisen mittarin on todettu sopivan hyvin ikääntyvien yksinäisyyden tarkasteluun (Baarsen ym. 2001), mutta myös mittareiden heikkouksista on keskusteltu.

Mittareiden osalta huolenaiheena on ollut se, että ne sisältävät kyllä kysymyksiä sosiaalisista suhteista, mutta niissä ei useinkaan puhuta yksinäisyydestä. Tämä on nostanut esiin kysymyksen siitä, voidaanko ihminen tulkita yksinäiseksi sellaisten kysymysten perusteella, joissa yksinäisyyttä ei mainita lainkaan (Jylhä ja Saarenheimo 2010, 320; Uotila 2011, 23). Itse pidän suurempana ongelmana sitä, että mittareissa tehdään oletuksia yksinäisyyden sisällöstä, sille annetuista merkityksistä sekä yksinäisyyden ja sosiaalisten suhteiden välisestä yhteydestä, jolloin ihmisen omat ja ehkä toisenlaiset yksinäisyydelle annetut merkitykset jäävät mittareita käytettäessä ulkopuolelle. Mittarien käyttö sisältää oletuksen, että tutkittavien keskuudessa on yhteinen ymmärrys, mitä yksinäisyydellä tarkoitetaan, kuten Marja Jylhä (2004) on huomauttanut (ks. myös Jylhä ja Saarenheimo 2010, 323). Tavanomaisilla mittareilla on toki paikkansa, jos tutkimuksessa halutaan keskittyä ennalta määriteltyihin yksinäisyyden muotoihin. Mittaamalla tuotettu kuva yksinäisyydestä ei kuitenkaan voi olla yhtään onnistuneempi kuin mittauksen pohjana oleva käsitteellinen ja teoreettinen jäsenitys (Alastalo 2005, 189). Varsin usein yksinäisyyden sosiokulttuurinen luonne jää mittareiden tavoittamattomiin.

Yksinäisyyden sisältöä ja sille annettuja merkityksiä on tarkasteltu myös laadullisin tutkimusottein. On haastateltu ihmisiä, jotka tuntevat yksinäisyyttä tai ovat olleet halukkaita keskustelemaan yksinäisyydestä (esim. Parkkila ym. 2000; McInnis ja White 2001; Victor ym. 2009; Heravi-Karimooi ym. 2010;

Stanley ym. 2010; Dahlberg 2010; Uotila 2011; Kirkevold ym. 2013; Kauko 2015). Joissain tutkimuksissa yksinäisyydestä on kysytty suoraan, kun taas toisissa tutkimuksissa se on noussut esiin keskusteltaessa muista aiheista (esim. Chambers 2005; Ylä-Outinen 2012; Virkola 2014; Heikkinen 2015). Myös erilaisia yksinäisyyttä käsitteleviä kirjoitusaineistoja on analysoitu yksinäisyyttä tutkittaessa (esim. Mikkola 2005; Taimela 2005; Saari 2010; Uotila 2011).

Etenkin ikääntyvien kohdalla on puhuttu vaikeudesta sanallistaa yksinäisyyden kokemusta ja puhua aiemmasta jo ohi menneestä yksinäisyydestä. Kipeiden muistojen vuoksi yksinäisyyteen ei ehkä haluta palata tai sille ei löydetä sanoja, jos sitä ei parhaillaan koe (Routasalo ja Pitkälä 2003; Victor ym. 2009; ks. myös Weiss 1973, 11). Sanallistaminen voi olla vaikeaa myös silloin, kun yksinäisyys on jokapäiväisessä elämässä läsnä, minkä sain huomata ensimmäisiä haastatte-luja tehdessäni (Pajunen 2011, 83). Sari Taimela (2005) muistuttaa välittömässä yksinäisyyden kokemuksessa koettujen voimakkaiden ja usein kielteisten tun-teiden voivan estää niiden kuvailun. Yksinäisyyteen on oltava edes pieni väli-matka, jotta käsitteellistäminen niin kirjoittamalla kuin puhumalla voi olla mah-dollista. (Mt., 198). Uotilan (2011, 67) mukaan välimatka voi kuitenkin kadottaa yksinäisyyden tunteiden intensiivisyyden, jos yksinäisyyttä käsittelevät kuvauk-set verhoutuvat esimerkiksi metaforiin, runoihin tai lainauksiin. Hän nostaakin esiin tarpeen uudennaisille menetelmille, joiden myötä yksinäisyyden erilaiset aikaan ja paikkaan sidotut merkitykset olisivat helpommin tavoitettavissa: ”Kun konteksti muuttuu, yksinäisyyden tulkinnatkin muuttuvat” (mt., 73–73).

Karin Johannisson (2012, 276) toteaa erilaisten tunteiden olevan koettavissa vain sitä aistivan minuuden kautta, mutta niiden verhoutuvan samalla kunkin aikakauden tarjoamaan ja vahvistamaan asuun. Johannissonin mukaan tunteita muovaavat eletty hetki, mutta myös normit ja arvostukset sekä sukupuoli- ja luokkamallit. Kyse voi olla siitä, mitä tunneilmaisuja kussakin tilanteessa odote-taan, kannustetaan tai hyljeksitään. Näin ollen myös yksinäisyyden ajallisten muutosten arvioiminen on vaikeaa, sillä se mitä yksinäisyys oli ennen, voi olla tässä hetkessä jotain muuta. Voisi jopa väittää, että menneessä hetkessä koettu yksinäisyys on jollain tapaa saavuttamattomissamme (mt., 275), vaikka olen it-sekin pyrkinyt tavoittamaan yksinäisyydessä tapahtuvia muutoksia. Samaa on pohdittu elämänkulkua käsittelevien tutkimusten parissa: ”elämä ei ole ”kuin se oli”, vaan se tulkitaan, uudelleen tulkitaan, kerrotaan ja uudelleenkerrotaan” (Bruner 1987, 31; Pohjola 1994, 25).

Yleisesti ottaen elämänkulkua käsittelevissä tutkimuksissa haasteena on mit-taamiseen ja aineiston analyysiin liittyvät ongelmat. Ennen kaikkea on pohdittu, miten tavoittaa alati muuttuva muutos. Määrällisten tutkimusten parissa pitkit-täisasetelmista on tullut enemminkin sääntö kuin poikkeus. Tällöin kyse on

usein prospektiivisesta aineistonkeruusta, jossa halutaan tutkia millaisiin suuntiin ihmiset esimerkiksi terveyden ja hyvinvointinsa osalta etenevät. Myös retrospektiivista aineistonkeruuta on tehty, jolloin kiinnostus on kohdistunut menneisiin elämäntapahtumiin. Yhä useammat seurantatutkimukset sisältävät molemmanlaista tietoa osallistujistaan, ja myös laadullista ja määrällistä aineistoa on seurantatutkimusten parissa yhdistetty. (Elder ja Giele 2009, 8–9.)

Yksinäisyyttä ja elämänkulkua käsittelevissä tutkimuksissa tarkastelu on lähes poikkeuksetta keskittynyt lapsuuden aikaisiin kokemuksiin, joita on lähestytty psykologisista näkökulmista ja määrällisiä aineistoja hyödyntäen (ks. Hensley ym. 2012). Myös vanhenemisen tutkimuksessa eletyn elämän seuraamisen mahdollistavat menetelmät ovat olleet suhteellisen harvinaisia, ja yksittäisten ikääntyvien vaiheita ja elämänkulkua on vasta vähän tarkasteltu laadullisin menetelmin (Nikander 2013, 42). Poikkeuksen muodostavat eräänlaiset toistotyyppiset tutkimukset, joissa tutkimuskohteen äärelle on palattu vuosia, jopa vuosikymmeniä myöhemmin. Muun muassa Julia Johnson kollegoineen (2007) palasi Peter Townsendin 50 vuotta aiemmin tutkimiin englantilaisiin ja walesilaisiin vanhainkoteihin piirtäen kuvan vanhusten hoivan historiasta ja sen käytänteiden ajallisesta muutoksesta (Townsend 1962; Johnson, Rolph ja Smith 2007; Nikander 2013). Myös Marja Holmilan (2001) kylätutkimus perustuu kahteen parinkymmen välein toteutettuun kenttäjaksoon samassa kylässä. Tutkimus avaa maaseutuyhteisössä tapahtuneita muutoksia, mutta ei sisällä samojen ihmisten seurantaa.

Laadullisella seurantatutkimuksella (*engl.* qualitative longitudinal research) on viitattu tutkimusotteeseen, jossa samoja ihmisiä ja yhteisöjä seurataan tietyn aikavälein, tyypillisesti haastatteluja ja etnografista otetta yhdistäen. Tutkimusotteen sijaan se on kuitenkin yhä useammin nimetty tai pikemminkin uudelleen nimetty omaksi menetelmäkseen. (Nikander 2013, 42–34.) Aivan uutena lähestymistapana laadullisen tutkimuksen kentällä pitkittäisasetelmaa ei voida pitää, mutta viime vuosina käyty keskustelu on nostanut sellaisten tutkimusasetelmien arvoa, joissa ajallisuus on huomioitu ja kiinnostus kohdistunut elämänpolkuihin, siirtymiin ja tilanteiseen toimijuuteen. Laadullinen seurantatutkimus on ollut näkyvästi esillä etenkin Iso-Britanniassa, jossa on kartoitettu sen merkitystä, mahdollisuuksia ja toteutusta eri tieteenaloilla. (Nikander 2015, 243.) Julie McLeodin ja Rachel Thomsonin (2009, 61) mukaan kyse on menetelmästä, joka sijoittuu jonnekin refleksiivisen dokumentoinnin, pitkittäisetnografian ja kohorttitutkimusten välimaastoon. Bren Neale ja Jennifer Flowerdew (2003) kuvaavat elokuvametaforan avulla määrällisen seurannan tuottavan panoraamanäkökulmasta joukon pysäytettyjä stillkuvia, mutta vasta laadullisen seurannan paljastavan niiden taakse jääviä yksittäisiä juonenkäänteitä ja ihmiselämän kertomuksen yksityiskohtia.

Suomessa laadullista seurantatutkimusta on nostanut esille erityisesti Pirjo Nikander (2013; 2015), joka korostaa sen olevan hyödyllinen työkalu esimerkiksi ajallisten, paikallismaantieteellisten ja rakenteellisten tekijöiden sekä ihmisen toimijuuden, arvojen ja asenteiden keskinäisen suhteen tarkasteluun. Nikander (2013) on etsinyt menetelmästä empiiristä ikkunaa ihmisen elämänkulun ja siirtymien sekä sukupuolen, luokan ja iän toisiinsa lomittumiseen eri elämänvaiheissa. Hänen mukaansa laadullista seuranta-asetelmaa voitaisiin hyödyntää esimerkiksi suurten ikäluokkien kohorttikokemusten problematisoinnissa täydentämällä olemassa olevaa makro-sosiaalisesti kehystettyä kuvaa paikallisesti koetulla ja kerrotulla (mt, 50).

Suomalaisesta tutkimuskirjallisuudesta löytyy myös muita esimerkkejä laadullisesta seurantatutkimuksesta, vaikkei lähestymistapaa aina ole sellaiseksi nimetty (Nikander 2015, 247–248). Marja-Liisa Honkasalon (2008) tutkimus perustuu pitkään etnografiseen kenttätööhön Pohjois-Karjalassa antaen tiheän ja rikkaan kuvan paikallisista sairauskäsityksistä ja arkisesta toimijuudesta. Riikka Lämsä (2013) tarkastelee väitöskirjassaan sairaala-arkea ja potilaan kokemuksen ajallista rakentumista etnografian keinoin. Mathilda Wrede-Jäntti (2010) on omassa pitkittäistutkimuksessaan tutkinut työttömiä helsinkiläisnuoria kymmenen vuoden ajan. Vaikeavammaisten nuorten aikuistumista ja elämänkulkua tutkinut Helena Ahponen (2008) on myös tehnyt laadullista seurantaa tavatessaan tutkittaviaan useamman vuoden ajanjaksolla.

Laadullisen seurantatutkimuksen piirissä ei ole asetettu yksiselitteisiä nyrkisääntöjä sille, mikä aikaväli, kuinka pitkiä tai kuinka monta seurantajaksoa tutkimukseen kulloinkin tulisi sisällyttää. Nikanderin (2015, 248) mukaan on hyvä muistaa, että jokainen tutkimus noudattaa omien tavoitteen- ja kysymyksenasettelunsa logiikkaa ja käsitteellistä kehikkoaan. Seuranta-aika ja aineistojen keruun määrä ja ajoitus vaihtelevat tutkittavan ilmiön ja tutkimuskysymysten mukaan, eikä seurannan tarvitse olla vuosien mittainen pitkittäistutkimuksen logiikan täyttymiseksi. Esimerkiksi ensi kertaa vanhemmaksi tuloa tarkasteltaessa voi olla viisasta kerätä aineistoa ennen lapsen syntymää ja sen jälkeen (mt.) tai leskeytymistä tutkittaessa ennen puolison kuolemaa ja sen jälkeen (esim. Baarsen ym. 1999).

Laadullista seurantatutkimusta jäsentäneet McLeod ja Thomson (2009) käyttävät käsitettä ”walk alongside”, jonka Nikander (2013; 2015) on kääntänyt ”rinnalla kulkemiseksi”. Heidän jäsentämäänsä termi kiteytyy tutkimusotteeksi, jonka kautta on mahdollista tavoittaa yksilöiden, ryhmien tai yhteisöjen ”ajassa rakentuva ja muuttuva habitus” sekä muutokselle annetut merkitykset (*engl. habitus-in-process*) (Nikander 2015, 244). Oman tutkimukseni näkökulmasta ajatus rinnalla kulkemisesta kietoutuu ennen kaikkea suhteeseen, joka tutkijan, tutkittavien ja tutkimuksen välille ajan myötä muotoutuu.

Elisa Virkolan (2014) muistisairaiden naisten arkea käsittelevä väitöskirja on hyvä esimerkki laadullisen seurannan ja rinnalla kulkemisen hyödyntämisestä, joskin tutkija itse puhuu pitkäikäisegnografiasta. Virkola seurasi naisten elämää noin kahden vuoden ajan. Hän tarkasteli naisten toimijuuden rakentumista ja elämänkulun murroksia arkielämän kontekstissa, mutta myös tutkijan refleksiivisyyttä, ja sitä miten se toimii tutkijalle metodisena välineenä, jota on tarpeen hyödyntää kaikissa tutkimuksen vaiheissa (mt., 57–60). Virkola kuvaa kauniilla tavalla suhdettaan tutkimuksensa ihmisiin ja syvenevää ymmärrystään heidän elämästä ja muistisairauden värittävästä arjesta. Kenttätyössä hän pääsi myös osalliseksi niihin arjen toimintakäytäntöihin, joissa naisten toimijuus rakentui.

Kiinnostava kertomus rinnallakulkijuuudesta löytyy myös Molly Andrewsilta (1991), joka on tarkastellut viidentoista 70–90-vuotiaan brittiläisen sosialistiveteraanin elämää. Tutkimuksen keskiössä on haastateltavien poliittinen vakautus, mutta myös yleisemmin ikääntyminen ja sosiaalisen identiteetin rakentuminen elämänkulun aikana. Kahden vuoden ajanjaksolla Andrews tapasi tutkimukseensa osallistuneita ihmisiä useaan otteeseen. Kohtaamiset heidän kotonaan sisälsivät sekä nauhoitettua keskustelua että epävirallisempaa yhdessäoloa esimerkiksi ruokailun merkeissä. Usein tutkija esiteltiin perheen jäsenille tai naapureille, ja yhdessä saatettiin siirtyä vaikkapa paikalliseen pubiin. Pitkien välimatkojen vuoksi Andrews jopa yöpyi osan haastateltavistaan luona. Osa haastateltavista piti yhteyttä tutkijaan kirjeitse kohtaamisten välillä. Jokaisen haastattelun jälkeen Andrews lähetti haastateltavilleen luettavaksi edellisellä kerralla nauhoitettujen keskusteluiden litteraatit ja pyysi ihmisiä tarkastamaan niiden sisällöt väärinkuulemistien ja -ymmärrysten varalta. Uuden tapaamisen tutkija aloitti litteraattien pohjalta esiin nousseiden kysymysten avulla pyrkimyksenään tavoittaa mahdollisimman perusteellisesti haastateltavan näkemys keskustelun kohteena olleesta asiasta. (Mt., 46–49).

Myös Merja Laitinen (2004) on toiminut Andrewsien (1991) tavoin. Postittamalla litteroidut haastattelut tutkimuksensa ihmisille Laitinen halusi vahvistaa kanssatutkijuutta, kuulla heidän palautteensa ja tehdä tutkimuksensa heille läpinäkyväksi. Tutkimukseen osallistuneilla oli mahdollisuus tarkastaa litteroidut haastattelut ja kertoa, jos niissä oli jotain epäselvää tai huomauttaa, jos he eivät sittenkään halunneet niitä käytettävän. Laitinen kuvaa aineistonkeruun olleen prosessi, jonka loppuun saattaminen edellytti eri määrän erimittaisia haastattelusessioita eri ihmisten kohdalla. Osalla se tarkoitti kahta, toisilla useampaa tapaamista. Uusintakierroksen hän toteutti noin vuoden kuluttua ensimmäisistä keskusteluista. Myös ikääntyviä leskiä tutkinut Pat Chambers (2005) on toteuttanut useampia haastatteluja samojen ihmisten kanssa. Laitisen (2004) ja Andrewsien (1991) tavoin Chambers antoi tutkittavilleen luettavaksi aikaisempien

keskustelujen liitteraatit, jotta hän voisi tarttua sellaisiin aiheisiin, joista haastateltavat itse halusivat jatkaa keskustelua. Jill Bindels ja kumppanit (2014) ovat puhuneet tutkimuskumppanuudesta (*engl. co-researchers*), jossa ajatuksena on, että tutkittavat osallistuvat tutkimusprosessiin ikään kuin kanssatutkijoina tuottaen myös itse tutkimusprosessia refleктоivaa aineistoa esimerkiksi kenttäpäiväkirjan muodossa ja käyttäen päätösvaltaa aineiston analyysivaiheissa. Olennaista on, että tutkittaville annetaan aidosti mahdollisuus tuoda äänensä kuuluviin (mt.).

Tutkimussuhdetta useammin laadulliseksi seurantatutkimukseksi nimettyjen tutkimusten parissa on kiinnitetty erityistä huomiota tutkimuksen logiikkaan ja analyttiseen rytmiin (esim. McLeod ja Thomson 2009; Nikander 2015), joista kerron seuraavassa luvussa. Laadullisen seurantatutkimuksen uskon avaavan ikkunan yksinäisyyteen ja sen elämäntutkimukseen tarkasteluun, sillä sen avulla on mahdollista saada kiinni ajasta ja paikasta, jossa yksinäisyyttä koetaan sekä siihen liittyvistä muuttuvista tulkinnoista. Tutkimussuhteen ja sen myötä eräänlaisen tutkimuskumppanuuden merkityksestä en kuitenkaan ole halunnut irtautua, sillä ymmärrän niiden muodostavan keskeisen osan tutkimustani mahdollistaen yksinäisyyden ja siihen liittyvien kokemusten ymmärtämisen: ei yksinomaan näkökulmaa laajentaen, vaan myös syventäen, päästen ikään kuin pintaa syvemmälle.

3.2 Lomakkeista kahvipöytäkeskusteluihin

Vaikka tutkimukseni on laadullinen seurantatutkimus, on se saanut alkunsa Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimuksen kyselyaineistoista. Käytössäni ollut aineisto on ohjannut tutkijan katseeni suuntaa maantieteellisesti Päijät-Hämeeseen, mutta myös sisällöllisesti yksilöllisiin elämäntarinoihin. Ikihyvän aineisto ja sen parissa tehdyt tutkimukset ovat avanneet ymmärrystäni vanhuuden elämänvaiheen monimuotoisuudesta (esim. Haapola ym. 2013; Koskimäki 2010; Karisto ja Konttinen 2004). Kymmenvuotinen seurantatutkimus (2002–2012) on toteutettu laajoilla kyselylomakkeilla, joilla on selvitetty ikääntymisen, terveyden ja hyvinvoinnin eri ulottuvuuksia. Kysymykset ovat käsitelleet muun muassa asuamista ja elämäntilannetta, sosiaalisia suhteita, avun tarvetta, vapaa-aikaa, terveyttä ja elintapoja.

Seurantatutkimuksen kohderyhmänä on ollut kolme syntymäkohorttia: vuosina 1946–50, 1936–40 ja 1926–30 syntyneet. Otokseen kuuluvien päijäthämäläisten⁷ elämää ja elämänmuutoksia on seurattu noin joka kolmas vuosi, vuosina 2002, 2005, 2008 ja 2012. Ensimmäisessä vaiheessa mukaan kutsuttiin runsas neljätuhatta henkilöä. Heidät poimittiin väestörekisteristä vuoden 2001 lopussa kohortin, sukupuolen ja kunnan mukaan ositettuna satunnaisotantana (Haapola ja Vaara 2013, 17–18).⁸ Vuonna 2002 tutkimuksen ensimmäisen vaiheen kyselyyn vastasi hieman alle kolmetuhatta päijäthämäläistä. Vanhin kohortti oli tuolloin ehtinyt olla kymmenisen vuotta eläkkeellä, ja keskimäinen kohortti oli juuri sinne siirtynyt tai pian siirtymässä. Nuorin ikäryhmä – niin sanotut suuret ikäluokat – olivat pääosin yhä työelämässä, mutta hekin pian eläkkeelle jäämässä. Tutkimuksessa keskityn kahteen vanhimpaan ikäryhmään.⁹

Yksinäisyydestä on vuosien 2005, 2008 ja 2012 Ikihyvä-kyselyissä kysytty kahdella kysymyksellä: ”Tunnetteko itsenne yksinäiseksi?” ja ”Onko yksinäisyys teille ongelma?”. Vastausvaihtoehtoina oli ”ei koskaan”, ”harvoin”, ”silloin tällöin”, ”usein” ja ”jatkuvasti”. Ensimmäisen vaiheen kyselyssä vuonna 2002 mukana ei ollut yhtään yksinäisyyttä käsittelevää kysymystä. Vuonna 2013 Ikihyvä-aineistoa täydennettiin elämänkulkukyselyllä, jossa osa Ikihyvään osallistuneista kertoi elämänsä yksinäisintä ajankohtaa tai ajanjaksoa. Usein tai jatkuvasti yksinäisyyttä kokevat vastaajat ovat jokaisena tutkimusvuonna, jolloin yksinäisyydestä tiedusteltiin, sijoittuneet vastaajajakauman ääripäähän, noin kolmen prosentin joukkoon (Taulukko 1). Koska yksinäisyyttä usein tai jatkuvasti kokevia oli vastaajien joukossa vain kourallinen, en kokenut omakseni jättää tarkastelua siihen. Tutkimustehtävääni tilastollinen tarkastelu

⁷ Tutkimusalueena on Päijät-Hämeen sairaanhoitopiiri, joka käsittää 12 maakuntaan kuuluvaa kuntaa, sekä sen ulkopuolisista naapurikunnista Iitti ja Pukkila ja vuonna 2005 sairaanhoitopiiriin liittynyt Myrskylä.

⁸ Otannassa painotettiin pieniä kuntia siten, että jokaisesta kunnasta tuli mukaan vähintään 102 henkilön kokonaisotos.

⁹ Kahteen vanhimpaan kohorttiin kuuluvien osallistujien määrä on kymmenessä vuodessa pudonnut 1906:sta 976 henkilöön, mikä ei ole yllättävää. Nuoremmissa kohortissa osallistujien määrä on vähentynyt vajaalla 350:llä ja vanhemmassa kohortissa lähes 600:lla eli noin kolmasosaan. Pääosa poistumasta koostuu kuolleista, joiden määrä oli jo vuonna 2008 noussut kymmenesosaan alkuperäisestä otoksesta. Tutkimukseen osallistuneiden lukumäärää ovat pienentäneet myös Päijät-Hämeen ulkopuolelle muuttaneet sekä pienehkö joukko, jota ei puutteellisten osoitetietojen vuoksi ole kyetty tavoittamaan. Naiset ovat koko Ikihyvän ajan osallistuneet tutkimukseen jonkin verran miehiä aktiivisemmin, joskin ero on seurannan edetessä hieman kaventunut. Kohorteittain tarkasteltuna vanhimman syntymäkohortin osallistujat ovat jääneet pois tutkimuksesta muita useammin: vuonna 1926–30 syntyneiden vastausprosentti oli viimeisellä kyselykierroksella lähes puolittunut alkuperäisestä. Vuosina 1936–40 syntyneet ovat osallistuneet jokaiseen tiedonkeruukierrokseen kaikkein aktiivisimmin. (Haapola 2009, 15–17; Haapola ja Vaara 2013, 18.)

olisi antanut vain vähän vastauksia, ja pelkäsin heidän tarinansa piiloutuvan keskiarvojen alle. Niinpä päätin lähteä haastattelukierrokselle.

Taulukko 1. Usein tai jatkuvasti yksinäisyyttä kokevien osuudet kohortin ja sukupuolen mukaan (%).

	2005	2008	2012
1936–40 SYNTYNEET	3,0	2,6	2,2
miehet	1,7	2,7	1,3
naiset	4,1	2,5	3,0
1926–30 SYNTYNEET	3,2	2,5	5,2
miehet	3,8	2,9	5,0
naiset	2,7	2,1	5,4
YHTEENSÄ	3,1	2,6	3,1

Tutkimuslupan saatuaani pyysin syksyllä 2009 Ikihyvä-aineistoa hallinnoivaa tahoa poimimaan kahteen vanhimpaan kohorttiin kuuluvien eli tuolloin noin 70- ja 80-vuotiaiden vastaajien havaintotunnukset, jotka vuonna 2008 tunsivat itsensä yksinäiseksi usein tai jatkuvasti¹⁰. Tutkimussuunnitelmani pohjalta tälle kohdejoukolle laadittiin kutsu osallistua tutkimukseeni (liite 1) sekä suostumuslomake (liite 2). Ne lähetettiin yksinäiseksi itsensä tunteville henkilöille ja heitä pyydettiin vastaamaan, jotta voisin olla asian tiimoilta yhteydessä. Tässä vaiheessa tutkimusjoukkoni koostui kaiken kaikkiaan 39:sta Ikihyvään osallistuneesta henkilöstä. Kirje postitettiin heistä 29:lle. Osa jäi yhteydenottojen ulkopuolelle puutteellisten lomaketietojen vuoksi, ja osa sen vuoksi, että halusin painotuksen olevan vanhimmassa ikäryhmässä ja molempien sukupuolten olevan mahdollisimman hyvin edustettuina. Tämän vuoksi kutsuja lähetettiin vähemmän vuosina 1936–40 kuin 1926–30 syntyneille.

Kirjeet lähetettiin useassa eri aallossa viidestä kymmeneen henkilölle kerrallaan. Tällä pyrin välttämään tilanteen, jossa en ehtisi ajoissa sopia haastatteluajankohtaa tai haastateltavat joutuisivat liian kauan odottamaan tapaamisemme. Ensimmäisessä aallossa kutsu postitettiin vanhimmasta ikäryhmästä

¹⁰ Tutkimusjoukkoa lähestyäkseni hain tutkimuslupaa Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveysyh-tymän eettiseltä toimikunnalta. Hakemus sisälsi tutkimussuunnitelmani sekä kuvauksen tutkitta-vien tietosuojasta ja aineiston asianmukaisesta säilyttämisestä. Myönteisen lausunnon sain lop-pusyksystä 2009.

neljälle naiselle ja neljälle miehelle. Tästä joukosta sain kolme yhteydenotto-pyyntöä, niistä ensimmäisen jo heti postittamista seuraavana päivänä. Joulukuussa 2009 pääsin tapaamaan ensimmäiset haastateltavani Laurin, Vilhon ja Einin.¹¹ Seuraava postitusaalto sisälsi kirjeet viidelle miehelle ja viidelle naiselle. Heistä osa oli vuosina 1926–30 ja osa vuosina 1936–40 syntyneitä. Kutsut eivät tuottaneet toivottua tulosta ja ainoastaan Pauli ilmoitti halukkuutensa osallistua tutkimukseeni. Sovittu tapaaminen jouduttiin kuitenkin perumaan hänen puolisonsa sairastumisen vuoksi, ja jäin odottamaan Paulin yhteydenottoa uuden ajankohdan sopimiseksi.

Helmikuun lopussa toteutuneita tapaamisia oli vasta kolme, joten päätin olla uudelleen yhteydessä kolmeen naiseen ja kahteen mieheen, joille oli lähetetty kutsu joulukuussa. Heistä Aatos soitti suoraan minulle ja kertoi olleensa kiinnostunut osallistumaan jo aiemmin, mutta hävittäneensä kirjeen. Näin löytyi neljäs haastateltavani. Samoihin aikoihin kutsut postitettiin vielä viidelle: kolmelle miehelle ja kahdelle naiselle, joihin ei oltu vielä oltu yhteydessä. Heistä Heikki lähetti takaisin suostumuksen. Maaliskuun alussa postitettiin kutsut vielä yhdeksälle henkilölle, joihin oli ensimmäistä kertaa oltu yhteydessä kuukausi aikaisemmin. Pian sainkin useamman yhteydenottopyynnön ja sovin tapaamiset Anjan, Helmin, Olavin ja Heikin kanssa.

Kevään edetessä olin myös uudelleen yhteydessä Pauliin, jonka kanssa olimme joutuneet perumaan haastatteluajan, ja saimme sovittua uuden tapaamisen. Pääsiäisen lähestyessä ensimmäisistä haastatteluista oli kulunut jo useampi kuukausi, ja takana oli yhdeksän haastattelua. Haastateltavistani kuusi oli miehiä, joten toivoin vielä tavoittavani yhden tai useamman naisen. Kirjeet postitettiin kuudelle naiselle, joihin ei oltu vielä oltu yhteydessä sekä viidelle naiselle, jotka olivat saaneet kutsun muutama viikko aikaisemmin, yhteensä siis yhdeksälle naiselle. Vain ensimmäistä kertaa kutsun saanut Anneli otti pian yhteyttä ja toivoi voivansa osallistua tutkimukseeni. Pääsiäisen 2010 jälkeen olin tavannut kaikki kymmenen haastateltavaani ensimmäisen kerran. Kuusi heistä olin tavoittanut yhdellä yhteydenotolla ja neljä kahden yhteydenoton jälkeen.

Ennen ensimmäisiä tapaamisia tutustuin haastateltaviini Ikihyvän puitteissa kerättyjen lomakkeiden avulla. Luin pintapuolisesti läpi heidän täyttämänsä lomakkeet vuodelta 2008, joita oli yhteensä kaksikymmentä (kaksi per kyselykierros). Taulukkoon 2 olen koonnut heistä muutamia tietoja, jotka olivat tukenani valmistautuessani haastatteluihin. Einin, Anjan, Heikin ja Vilhon tiesin jääneen leskeksi joko muutama vuosi tai useampi vuosikymmen sitten. Aatos, Lauri ja Helmi olivat eronneet työikäisinä, eivätkä olleet kyselyn aikoihin parisuhteessa.

¹¹ Kaikkien haastateltavien nimet olen vaihtanut tunnistamattomuuden takaamiseksi. Myös muita heitä koskevia tunnistetietoja olen samasta syystä muuttanut.

Olavi oli naimisissa, mutta hänen puolisonsa oli ollut pysyvästi laitoshoidossa muutaman vuoden ajan. Pauli oli avoliitossa, ja Anneli asui yksin, eikä ollut koskaan ollut naimisissa. Myös asuinympäristöt vaihtelivat varsin paljon, kaupungin keskustasta harvaan asuttuihin maaseutumaisemiin (Taulukko 2.)

Taulukko 2. Kyselylomakkeiden pohjalta saamaani ensitietoa haastateltavista.

NIMI JA SYNTYMÄAIKA	TIEDOSSANI OLLUT TAUSTA ENNEN ENSIMMÄISTÄ KOHTAAMISTA
Aatos, syntynyt 1920-luvun lopulla	Eronnut 1980-luvulla. Asuu yksin pienellä paikkakunnalla. Yksi lapsi. Pienituloinen, melko paljon terveyden aiheuttamia rajoitteita.
Anja, syntynyt 1920-luvun lopulla	Jäänyt leskeksi vastikään. Asuu yksin maaseudulla. Yksi lapsi. Pienituloinen, ei terveyden aiheuttamia rajoitteita.
Anneli, syntynyt 1930-luvun lopulla	Naimaton ja lapseton. Asuu yksin kaupungin keskustan tuntumassa. Keskituloinen, ei terveyden aiheuttamia rajoitteita.
Eini, syntynyt 1920-luvun lopulla	Jäänyt leskeksi runsas kymmenen vuotta sitten. Asuu yksin hissittömässä kerrostalossa. Pienituloinen, paljon terveyden aiheuttamia rajoitteita.
Heikki, syntynyt 1920-luvun lopulla	Jäänyt vastikään leskeksi. Asuu yksin maaseudulla. Menettänyt ainoan lapsensa kolmisenkymmentä vuotta sitten. Hyvin toimeentuleva, ei juuri terveyden aiheuttamia rajoitteita.
Helmi, syntynyt 1930-luvun lopulla	Eronnut vuosikymmeniä sitten. Inkerinsuomalainen, muuttanut Suomeen noin kymmenen vuotta sitten. Asuu yksin kerrostalossa. Yksi lapsi. Pienituloinen, ei terveyden aiheuttamia rajoitteita.
Lauri, syntynyt 1920-luvun lopulla	Eronnut 1980-luvulla. Asuu yksin, eikä ole parisuhteessa. Lapseton. Pienituloinen, ei terveyden aiheuttamia rajoitteita.
Olavi, syntynyt 1920-luvun lopulla	Naimisissa, puoliso pysyvästi laitoshoidossa. Asuu yksin kerrostalossa. Lapsia. Pienituloinen, ei terveyden aiheuttamia rajoitteita.
Pauli, syntynyt 1930-luvun lopulla	Avoliitossa, asuu puolison kanssa omakotitalossa kaupungin keskustan läheisyydessä. Lapsia aiemmasta liitosta. Keskituloinen, jonkin verran terveyden aiheuttamia rajoitteita.
Vilho, syntynyt 1920-luvun lopulla	Jäänyt leskeksi kolmisenkymmentä vuotta sitten. Asuu yksin pienellä paikkakunnalla. Pienituloinen, jonkin verran terveyden aiheuttamia rajoitteita (keskeisimpänä kuulon huonontuminen).

Haastateltaviani tapasin pääasiassa heidän kotonaan, osaa myös kodin ulkopuolella, ja keskustelujen päätteeksi tai niiden lomassa istuimme usein kahvikupin äärellä. Viiden vuoden ajanjaksolla tapasin valtaosan heistä kolme kertaa. Alkuvuodesta 2010, kesällä 2012 ja kevät-kesällä 2014 tapahtuneiden kohtaamisten välillä ehti kulua aikaa puolestatoista kahteen vuotta. Haastateltavista kaksi

(Anja ja Vilho) jäivät uusintatapaamisten ulkopuolelle jo ensimmäisen kierroksen jälkeen ja kaksi (Eini ja Helmi) toisen kierroksen jälkeen. (Taulukko 3.) Kaikkien kanssa olen kuitenkin vähintään kerran vaihtanut kuulumisia puhelimitse ensimmäisen kohtaamisen jälkeen, ja tutkimuksessani käytän myös uusintahaastatteluiden ulkopuolelle jääneitä käsittelevää aineistoa.

Taulukko 3. Haastattelukerrat ja niiden ajankohdat.

	ENSIMMÄINEN KOHTAAMINEN VUONNA 2010	TOINEN KOHTAAMINEN VUONNA 2012	KOLMAS KOHTAAMINEN VUONNA 2014
Anja	•		
Vilho	•		
Eini	•	•	
Helmi	•	•	
Pauli	•	•	•
Olavi	•	•	•
Anneli	•	•	•
Heikki	•	•	•
Aatos	•	•	•
Lauri	•	•	•

Ensimmäistä tapaamistamme varten valmistelin haastattelurungon, joka koostui muistilistan omaisesti kysymyksistä, joista olin kiinnostunut. Kysymykset jaoin teemoihin, kuten elämäntilanne, muuttohistoria, arki ja päivien kulku, yhteydenpito ja yksinäisyys. En halunnut tilanteista turhan virallisia ja haastattelunomaisia, vaan toivoin onnistuvani luomaan keskusteluhetkiä, joissa myös minä antaisin itsestäni jotain, enkä toimisi pelkästään ”kuulustelijana”. Toisella tapaamiskerralla kysymysrunkoni pohjautui edellisen kerran keskusteluihin ja tapaamisemme jälkeen tapahtuneita muutoksia käsitteleviin kysymyksiin, mutta tässä vaiheessa keskustelut etenivät enemmän omalla painollaan, enkä juuri katsonut kysymysrunkoa keskustelun lomassa. Kolmannella kohtaamisella mukanani ei nauhurin lisäksi ollut muistilistaa eikä kirjoitusvälineitä, sillä halusin keskustelun olevan entistä luontevampaa ja toivoin paperittomuuden myötä keskittyväni paremmin kuuntelemaan ja olemaan tilanteessa yhtä läsnä kuin

keskustelukumppanikin. Kohtaamisista ja tutkijan positiostani kerron yksityiskohtaisemmin seuraavassa luvussa.

Kaikki haastateltavieni kanssa käydyt keskustelut olen kokonaan tai osittain nauhoittanut, ja siihen olen pyytänyt ja saanut heidän kirjallisen (liite 2 ja 4) tai suullisen suostumuksensa.¹² Ensimmäisellä ja toisella haastattelukierroksella keskustelujen nauhoittaminen tuntui luontevalta, mutta suunnitellessani kolmatta kohtaamista ja yhdessä tekemistä, oli minun mietittävä, missä määrin nauhuria voisi käyttää. Myös aiemmin olin ollut tilanteissa, joissa olin laittanut nauhurin liian aikaisin kiinni esimerkiksi kahvipöytään istuttaessa, ja Elisa Virkolan (2014, 91) tavoin pohtinut, että ehkä paras hetki nauhurin sammuttamiselle olisi vasta ulko-oven mentyä kiinni. Näin en kuitenkaan koskaan tehnyt, joten varmasti myös tärkeitä keskusteluja ja ajatuksia jäi nauhoitetun aineiston ulkopuolelle. Vastaavasti tein myös päätöksen olla ottamatta nauhuria mukaan kodin ulkopuolelle, sillä en halunnut olla reportteri vaan enemminkin kanssa-kulkija. Nauhurin lisäksi olen siis tukeutunut myös muistiini ja jokaisen tapaamisen jälkeen pyrkinyt kirjaamaan mahdollisimman tarkkaan ylös tapahtumien kulkua ja lausahduksia, joita nauhalle ei tартunut. Ensimmäiset muistiinpanot kirjoitin usein joko linja-autossa tai parkkipaikalla odottavassa autossani ja mahdollisimman pian siirsin ne myös tietokoneelle täydentäen muistiinpanoja samalla runsaammiksi.

Erityisesti etnografisessa tutkimuksessa kirjoittamista on pidetty keskeisessä roolissa tutkimuksen kaikissa vaiheissa (Virkola 2014, 74). Kirjoittamalla havainnot säilyvät mielessä haalistumatta (Hammersley ja Atkins 2007, 175–179), ja kirjoittaessa asioita ajatellaan uudelleen (Karisto 2008, 56). Vaikka fyysisesti tutkija ei ole enää kentällä, sinne palataan uudestaan aineiston ja kenttäpäiväkirjan kautta (Lämsä 2013, 25). Aineistoa läpi käydessä palautetaan mieleen sellaisiakin asioita, joita ei ole kirjattu ylös (Jäppinen 2015, 107). Myös minulle tutkimuspäiväkirjan kirjoittaminen on ollut olennainen osa tutkimusprosessia jo tutkimuksenteon aloittamisesta saakka. Päiväkirjaan olen koonnut havaintoja ja tuntemuksia kohtaamisten ajalta ja niiden jälkeen. Pääpaino on siis ollut kohtaamisiin ja keskusteluihimme liittyvissä ajatuksissa, mutta merkintöjä on myös tilanteista, jolloin olen tavalla tai toisella ollut yhteydessä haastateltaviini, esimerkiksi puhunut puhelimessa tai lähettänyt postikortin. Kaiken kaikkiaan tutkimuspäiväkirjani koostuu noin 90 liuskasta tekstiä.

Ensimmäisen ja toisen tapaamiskerran keskustelut olen¹³ purkanut melko sanatarkasti kirjoitettuun muotoon, kuitenkin toistoja ja täytesanoja poistaen,

¹² Kolmannella kerralla kävimme suostumuksen suullisesti läpi ennen nauhurin laittamista päälle. Keskustelun päätteeksi annoin vielä kirjeen, jossa kerrattiin tutkimuksen ja suostumuksen sisällöt. Tutkimuseettisiä kysymyksiä ja valintojani avaan perusteellisemmin luvussa 4.

¹³ Toisen haastattelukierroksen haastattelut litteroi tutkimusavustaja ohjeideni mukaisesti.

mutta kolmannen tapaamiskerran keskustelut olen litteroinut kursorisemmin poimien nauhalta käyttökelpoisia lausahduksia, joita olen varsinaisessa tutkimustekstissäni käyttänyt tai ajatellut käyttä. Nauhoitettua keskusteluaineistoa on kaiken kaikkiaan ollut käytössäni ollut noin 38 tunnin ajalta, josta muodostui kirjoitettua aineistoa noin 560 liuskaa. Osan tutkittavieni täyttämistä kyselylomakkeista olen kopioinut itselleni, vaikka minulla oli toki käytössä myös heidän vastauksensa sisältävä SPSS-ohjelmaan syötetty aineisto. Koin tärkeäksi tarttua lomakkeisiin konkreettisesti: nähdä, millaisella kynällä ja käsialalla niihin oli vastattu, oliko vastausten suhteen ehkä epäroity tai lomakkeen reunoihin ja tyhjille sivuille tehty merkintöjä. Tällä tavoin uskoin tutustuvani heihin paremmin kuin tietokoneohjelman kautta (ks. myös Koskimäki 2010; Alastalo 2005, 263–264). Käytössäni olleita kopioituja lomakkeita on kaiken kaikkiaan ollut 46 kappaletta, joista jokaisessa on parisenkymmentä sivua¹⁴. Taulukkoon 4 olen koonnut käytössäni olleen laadullisen seuranta-aineiston.

Taulukko 4. Laadullinen seuranta-aineisto.

KOHTAAMISET	TUTKIMUSPÄIVÄKIRJA	KYSELYLOMAKKEET
<ul style="list-style-type: none"> ■ Vuosina 2010, 2012 ja 2014 ■ 25 haastattelua ■ 38 tuntia ■ Noin 560 sivua 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Omia havaintoja ja kokemuksia kohtaamisten ajalta ja niiden jälkeen, esimerkiksi yhteydenpidosta puhelimitse ■ Noin 90 sivua 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ikihyvä-tutkimuksen kyselylomakkeet, joihin haastateltavat ovat vastanneet 10 vuoden seurannan aikana ■ 46 lomaketta ■ Noin 920 sivua

Molly Andrews (1991, 42–43) kirjoittaa joutuneensa tarkkaan perustelemaan päätöstään haastatella viittätoista ihmistä. Laadullisen tutkimuksen parissa puhutaan kuitenkin usein aineiston kylläntymisestä, eräänlaisesta saturaatiopisteestä, jossa täydentämisen sijaan haastattelut alkavat toistaa itseään. Taustalla on ajatus uusien haastattelujen pienenevästä rajahyödystä: jos haastattelujen antaman lisätiedon määrä ei enää ylitä haastattelemisen aiheuttamaa lisätyötä, on saavutettu kylläntymispiste, jossa haastattelujen tekeminen kannattaa lopettaa (Bertaux ja Bertaux Wiameen 1981, 186–188; Karisto 2008, 81). Tutkimukseni alkutaipaleella muistan kipuilleni sen kanssa, onko laadullinen aineistoni riittävän kattava ja olenko tavannut tarpeeksi monta ihmistä, jotta voin sanoa tutkimuskohteistani edes jotain tieteellisesti merkittävää. Onko aineistoni

¹⁴ Kaikki haastateltavat eivät ole osallistuneet vuoden 2012 kyselyyn ja Olavi on osallistunut vain vuoden 2008 kyselyyn, joten siksi lomakkeita ei ole kaikkien osalta kaikilta kyselykiertoilta.

kylläntynyt, jos olen tutustunut kymmeneen hyvin erilaiseen elämäntarinaan? Olisiko yhden- tai kahdennentoista ihmisen tarina ollut erilainen, ja kierros lähtenyt ikään kuin alusta? Vai olisiko aineistoni sittenkään koskaan kylläinen, sillä muutoksia tutkimukseni ihmisten elämässä tulisi väistämättä kuukausien ja vuosien kuluessa tapahtumaan? Inhimillisen elämän moninaisuus kun on loputon (Karisto 2008, 81).

Koska tutkimuskohteenani on ollut yksinäisyys elämänkulussa, en uskalla väittää saavuttaneeni aineistoni kylläntymistä, mutta kaiken kaikkiaan olen tyytyväinen siihen, millaisen kokonaisuuden tutkimusaineistoni muodostavat. Täydellistä sellaista ei varmasti ole olemassakaan, mutta parhaimmillaan erilaiset aineistot ja näkökulmat täydentävät toinen toistaan. Edellä totesin tutkimusotteiden välisen debatin säilyneen yksinäisyystutkimuksen parissa vahvana, vaikka uusia metodologisia avauksiakin on tehty. Yhteiskunta- ja sosiaaliteissa vastakkainasetteluotteiden välillä on kuitenkin liudentunut, ja rajaa kahden tutkimusotteen välillä on myös lähdetty entistä rohkeammin rikkomaan esimerkiksi niin, että määrällistä tutkimusta on tehty aineistolähtöisesti (esim. Karisto ja Konttinen 2004; Koskimäki 2010; Purhonen ym. 2015). Ronkaisen ja kumppaneiden (2011) mukaan keskeistä on tutkimusongelmaan vastaaminen, ei metodisen vakaumuksen tunnustaminen. Joskus tutkittava aihe voi olla niin monitasoinen, että sitä tutkittaessa on otettava huomioon hyvin erilaisilla tasoilla vaikuttavat tekijät (mt., 89–90). Laajan kyselyaineiston ajattelen tarjoavan täyteläisen kertomuksen vastaajista, mutta vähän ideoita ja tulkintaa (Gubrium 2001, 19). Haastatteluissa tätä puolta on, mutta kristallin kirkkaita ikkunoita ihmisten elämään ja kokemukseen eivät nekään ole (Karisto 2008, 53).

Antti Karisto (2008) toteaa muhkeilla kyselyaineistoilla tai tilastoilla operoivan tutkijan olevan kuin maisemaa korkealta tarkkaileva lentäjä. Taivaalta voi nähdä kauas ja yhtä aikaa paljon. Asioiden levinneisyyttä ja tihtymyksiä on lentokoneesta mahdollista tarkastella, mutta lähikuvaukseen ei sieltä pääse. Maan tasalle laskeuduttua voi sen sijaan olla vaikea nähdä metsää puilta. Erilaisia aineistoja ja menetelmiä operoivaa tutkijaa voi puolestaan verrata helikopterin lentäjään, jonka on mahdollista vaihdella lentokorkeutta, pysähtyä, kohdentaa kohteeseen ja tarvittaessa pudottautua miltei maan tasalle. (Mt., 53.) Alun perin erilaisten aineistojen ja menetelmien yhdistämisen on ajateltu lisäävän luotettavuutta, mutta jos erityyppiset aineistot ja menetelmät vastaavat erilaisiin kysymyksiin, haettava etu ei ole luotettavuus vaan ennemminkin kohteesta saatavan kuvan kokonaisvaltaisuus (Ronkainen ym. 2011, 105). Samaa ilmiötä tutkaillaan eri kiintopisteistä, eri aineistojen ja menetelmien avulla tai erilaisten teorioiden ohjaamana (esim. Bergman 2011).

Erilaisten tutkimusotteiden yhdistämistä on perinteisesti kuvattu termillä triangulaatio, jonka yhteydessä puhutaan aineisto-, menetelmä-, teoria- ja tutkijatriangulaatiosta (esim. Denzin 1970; Eskola ja Suoranta 1998). Tätä ”komealta kalskahtavaa sanaa” on kuitenkin jo aikaa sitten kritisoitu (Jyrkämä 1995, 60). Termin käyttö voi peittää alleen tosiasian, ettei tutkija tunne kunnolla yhtäkään käytetyistä menetelmistä tai aineistoista. (Karisto 2008, 51.) Yhä useammin puhutaan neutraalimmin monimenetelmällisyydestä, joka ei sekään ole ongelmaton vaan pitää sisällään samanlaisen vaaran ”tutkimuksen keikkumisesta tyhjän päällä” (mt.). Monimenetelmällisyys-käsitteeseen suhtaudun myös itse varoen, vaikka hetkittäin olen ollut kiinnostunut myös kyselyaineistojen kertomasta (Pajunen 2011; Tiilikainen 2016a), ja onhan kyselyaineisto taulun kehyksen tavoin raamittanut tutkimustani, sillä olen tavoittanut haastateltavani sen kautta. Tässä tutkimusraportissa kyselyaineistot eivät kuitenkaan juuri näyttäyty. Valinta on ollut sekä tietoinen että tiedostamaton: tutkimusprosessin edessä ja lopullista tekstiä hioessa valtaosa kyselyaineistoihin liittyvistä tarkasteluista on jäänyt pois. Luontevan paikkansa Ikihyvä-tutkimuksen aineistot ovat löytäneet tutkimuksen lopusta, jossa tarkastelen yksinäisyydessä tapahtuvia muutoksia.

3.3 Tutkimusorientaatio ja aineiston lukeminen

Haastattelututkimusten yhteydessä on usein puhuttu ”onnellisuusmuurista”, jonka ylittämistä ovat kuvanneet muun muassa Matti Kortteinen (1982, 297) ja J.P. Roos (1987). Onnellisuusmuuri näyttäytyy eräänlaisena raja-aitana, jonka etualalla on julkisivu, jonka vieras näkee ja taka-alalla se, miten yksilö käyttäytyy kun vieras on poistunut (Kortteinen 1982). Antti Kariston (2008, 77) mukaan etenkin arkaluontoisia ilmiöitä tutkittaessa tutkija saattaakin jäädä varsin pinnallisen tiedon varaan: tutkittavat vakuuttelevat asioiden olevan hyvin, eivätkä välttämättä kerro, mitä he todella tuntevat. Onnellisuusmuurin sijaan tätä voidaan kuvata myös sisäisen tarinan ja ulkoisen minäkertomuksen eriytymisenä (Hänninen 1999, 43). Tutkija tavoittelee aitoa puhetta, mutta saattaakin kuulla ”strategisia minäesityksiä”. Muuri murtuu, kun tarvetta tähän ei enää ole. (Karisto 2008, 77.)

Eräänlaisen onnellisuusmuurin uskon murtuneen jo siinä vaiheessa kun kohtaamani ikääntyvät tekivät ensimmäistä kertaa päätöksen osallistumisestaan. Koska kerroin jo heille lähettämässäni kirjeessä (liite 1) tekeväni tutkimusta yksinäisyyttä kokevista, heillä ei ollut tarvetta piilotella kielteistäkään yk-

sinäisyyden kokemusta. Onnellisuusmuurin taakse saattoivat piiloutua ennemminkin ne ihmiset, jotka eivät vastanneet haastattelupyyntöni. Sinisilmäisesti en silti aineistooni suhtaudu, sillä ymmärrän kohtaamieni ikääntyvien kertoneen ja näyttäneen minulle ainoastaan sen, mitä ovat halunneet. Onnellisuusmuurin tai strategisten minäesitysten taakse koen kuitenkin päässeeni ja uskaltaa väittää, että juuri haastatteleamalla voidaan saada kiinni siitä, mitä yksinäisyys sitä kokevalle merkitsee (vrt. Saari 2010, 143). Olennaista on muistaa, ettei kaikkia ihmisiä voida lähestyä samalla tavalla (Laitinen 2004, 57). On yritettävä tavoittaa kunkin oma tapa kertoa ja sovitettava omat intressit niihin (Granfelt 1998, 40). Tähän olen tutkimuksessani pyrkinyt ja uskoakseni siinä myös onnistunut. Helppoa se ei aina ole ollut, mistä kirjoitan seuraavassa luvussa lähemmin.

Yksinomaan tässä hetkessä eletystä elämästä haastateltavani eivät kertoneet, minkä vuoksi tutkimusaineistossani on monin tavoin kyse myös muistoista: asioista, jotka olivat tapahtuneet jopa vuosikymmeniä sitten. Onnellisuusmuurin lisäksi toinen kysymys, johon minun lieneekin tarpeen vastata, on retrospektiivisten aineistojen luotettavuus: voidaanko aineistoani pitää ”validina”, jos ja kun se pohjautuu yksilön omiin muistoihin siitä, miten asiat ovat menneet? Erityisesti tieteen parissa muistoihin tuntuu olevan vaikea suhtautua varauksettomasti, onpa Molly Andrews (1991, 63–71) joutunut käyttämään lähes kymmenen sivua tutkimuksestaan perustellakseen pitkälti muistoihin pohjaavan aineistonsa todistusvoimaa. Yksilöllisten tulkintojen todenmukaisuutta omasta elämänhistoriastaan on jopa yritetty varmistaa matriiseilla, jossa ihmisten tiettyyn ajankohtaan liittyviä muistoja vertaillaan todellisiin tapahtumiin samalta ajalta (esim. Brückner ja Mayer 1998; Scott ja Alwin 1998).

Riitta Granfelt (1998, 30) on muistuttanut tutkijan saavan enemmän vapautta, kun tämä lakkaa ajattelemasta, onko asia juuri näin ja pohtii sen sijaan, mitä haastateltavan kertoman pohjalta voidaan ymmärtää tutkimuksen tematiikasta. Samaa ajatusta sivusi Sir Frederic Bartlett (1932) jo 1930-luvulla todetessaan ihmisten muistavan asioita siksi, että niillä on merkitystä ja sen, miten he muistavat asioita kuvastavan ennen kaikkea niiden merkitystä ihmiselle itselleen (Andrews 1991, 63; ks. myös Roos 1987, 35). Pohjolan (1994, 28) vihjeestä ohjenuoranani onkin ollut Jerome Brunerin (1987) ajatus siitä, ettei elämää itsessään voi tavoittaa: ”kyse on aina eri tavoin toteutuneesta elämän heijastumisesta, jossa kertomus imitoi elämää ja elämä imitoi kertomusta”. Onhan myös kirjoittaminen aina väistämättä tulkinta hetkestä, joka on jo mennyt (McLeod ja Thomson 2009, 85), ja tieteellinen totuus oman aikakautensa kertomus ja myytti, joka kerrotaan uudelleen uusien tutkimustulosten valossa (Koivunen 1995, 243).

Usein haastattelijalle on tärkeintä haastateltavan henkilökohtainen totuus (Andrews 1991, 67), mutta sekä haastatteluja että tekstejä voidaan lukea ja tulkita eri tavoin, erilaisista tieteellisistä lähtökohdista. Lähestymistapani kohtamisiin on ollut realistinen, eli olen olettanut ihmisten kertovan minulle asioista totuudellisesti, parhaansa mukaan (Andersson 2008, 38). Ymmärrän kuitenkin heidän kertomansa olleen tietyssä tilanteessa – erityisesti suhteessa minuun – tuotettua, enkä siten ole täysin voinut sitoutua realistiseen näkökulmaan, jonka mukaan todellisuus on löydettävissä ”puhtaana” ja merkityksistä riippumattomana (esim. Bhaskar 1978). Tutkimusmetodologisesti olen siis Taru Kekonin (2007, 93) tavoin valinnut ymmärryksen siitä, että realistisen ja konstruktionistisen orientaation välillä on mahdollista kulkea, ja ajattelen aineiston kertovan aina jotain siitä, mitä tosiasiallisesti tapahtuu, mutta samanaikaisesti tieto on juuri tutkimustilanteessa ja sitä varten tuotettua (ks. myös Miller ja Glassner 2005).

Erityisesti feministisen haastattelututkimuksen parissa on puhuttu niin sanotusta standpoint-asetelmasta, jonka keskiössä on tutkittavien arkielämän kokemukset, heidän arvonsa, merkityksensä ja ajatuksensa omasta paikastaan katsottuna (esim. Smith 1987; Pohjola 1994; Granfelt 1998; Laitinen 2004). Standpoint-asetelman avulla on mahdollista päästä syvälle erityiseen ja löytää sitä kautta yleisempää, teoreettisesti kiinnostavaa ja erilaisia ihmisryhmiä koskettavaa: yksityinen on jaettavissa, mutta saa oman erityispiirteensä tutkimuksen ihmisten elämäntarinoista ja kokemuksista käsin (Granfelt 1998, 18). Granfeltin (mt.) tavoin tavoitteenani ei ole ollut konstruoida yhtenäistä kuvaa tutkittavistani tai tutkimuskohteistani, vaan rakentaa fragmentaarinen eroista ja samankaltaisuuksista koostuva kuva yksinäisyydestä ja sitä kokevista ikääntyneistä. Olen halunnut kuvata yksinäisyyttä kohtaamieni ikääntyvien näkökulmasta, mutta rakentaen myös laajempaa ymmärrystä siitä, mistä yksinäisyydessä on kyse. Näkyväksi olen pyrkinyt tuomaan sellaisia kokemuksia, jotka ovat myös yleisesti jaettavissa.

Standpoint-asetelmaa koen siis hyödyntäneeni, mutta yhtälailla näen tutkimuksessani olevan kyse tiheästä kuvauksesta. Clifford Geertzin (1973) kuuluisaksi tekemällä tiheän kuvauksen (*engl.* thick description) käsitteellä on tarkoitettu asioiden kuvaamista kontekstista käsin niin, että ne tulevat ymmärretyiksi, yksilölliset äänet tulevat kuulluiksi ja jopa tunteet aistituiksi. Kun ohuessa kuvauksessa päädytään taltioimaan vain päällimmäisenä esiin tuleva tieto, välittämättä sen taustoista ja kontekstista, tiheä kuvaus on mahdollisimman yksityiskohtaista ja perinpohjaista, ja siinä aineisto rikastuu myös teoreettisista tulkinnoista (Karisto 2008, 54). Tiheään ja sävykkääseen tarkasteluun pyritään usein juuri erilaisten aineistojen yhdistämisellä (Huttunen 2014, 43), mutta myös sen parissa tutkijan on oltava tietoinen siitä, että omat tulkinnat saattavat poiketa

tutkittavien ja toisten tutkijoiden tulkinnoista (Karisto 2008, 54). Monien tutkijoiden tavoin ymmärrän elämänhistoriani ja persoonallisuuteni vaikuttaneen valitsemieni käsitteiden tulkintaan, teoreettiseen jäsentämiseen ja siihen, mitä olen kyennyt aineistosta näkemään (esim. Saarenheimo 1997, 27–28; Granfelt 1998, 22–23; Laitinen 2004; Virkola 2014). Näitä valintoja olen tehnyt näkyväksi seuraavassa luvussa.

Laadullisesta tutkimusprosessista on usein vaikea ja osin mahdotonkin erottaa toisistaan aineiston keruuta, analyysia ja kirjoittamista (Laitinen 2004, 85). Laadullisen seurannassa tutkimuksen vaiheet sekoittuvat erityisen tiiviisti toisiinsa, sillä aineistoa saatetaan kerätä hyvinkin pitkällä aikavälillä (McLeod ja Thomson 2009). Elisa Virkola (2014, 77–80) on puhunut tutkijan muuttuvasta katseesta ja kirjoittaa muun muassa luopuneensa kenttätöön aikana tavoitteestaan määritellä tutkimiansa naisten muistisairauden vaihetta ja suunnitelmastaan haastatella myös haasteltavien omaisia, koska ne eivät lopulta istuneetkaan hänen tapaansa tehdä tutkimusta. Ajan kuluessa tutkijan katse kehittyi ja rajautui (mt., 80). Jenni Spännäri (2008, 37–39) on puolestaan käyttänyt käsitettä tutkijan kiikarit, joiden kautta katsottuna tulkintahorisontti saa kerta toisensa jälkeen uudenlaisen muodon. Myös oma tutkijan katseeni kehittyi ja vaihtoi suuntaa tutkimuksen edetessä, mistä tutkimuksen analyyttinen rytmi sai vauhtia.

Aineiston analyysin ajattelen alkaneen jo siinä hetkessä, kun ensimmäisen kerran tapasin tutkimukseni ihmiset. Kohtaamisten jälkeen istahdin tietokoneelleni ja kirjoitin auki keskustelumme sisällöt piirtäen ikään kuin kuvaa siitä, mitä olin heidän elämästään ja yksinäisyydestään ymmärtänyt. Kerroin siis tarinat ensin itselleni (ks. myös Vilkkö 1995, 29). Purkaessani nauhoja tekstimuotoon kuuntelin ensimmäistä kertaa käymämme keskustelut kokonaisuudessaan läpi¹⁵. Litteroinnin jälkeen siirryin lukemaan aineistoa useaan otteeseen, ensin kursorisemmin ja yleisvaikutelmaa tavoitellen, sen jälkeen lähilukuun edeten. Lähestymistapaani aineiston lukemiseen kuvaa Anni Vilkon (1995) esittelemä käsite empaattinen luenta, jossa aineisto herättää tunneperäistä vastakaikua auttaen ymmärtämään ja luomaan tulkinnallista näkemystä.

Vilkkö (1995, 163) kuvaa empaattista luentaa vastaantulevaksi, kokemukselliseksi luennaksi, jossa puhekumppanin maailma ja sitä jäsentävät rakenteet hahmottuvat. Se ei välttämättä rakennu samaistumiselle ja samankaltaisuuden kokemukselle vaan on pikemminkin asenne, joka antaa tilaa ja mahdollisuuden samankaltaisuuden, ja ennen kaikkea erilaisuuden näkemiselle. Empaattinen

¹⁵ Toisen haastattelukierroksen eli tutkimusavustajan litteroimat haastattelut olen kuunnellut vasta myöhemmässä vaiheessa analyysia.

lukutapa vaatii uusia ja jatkuvia varmistuksia, omien ennakkoluulojen ja oletusten tarkistamista. Näin ollen se perustuu maailmaan, jossa on jatkuva riski kompastua omaan maailmankuvaan, arvoihin ja omassa mielessä herääviin tunteisiin. (Vilkko 1997, 185–187.) Empatia voi mahdollistaa uusien näkökulmien löytämisen, sillä sen avulla pyritään etäisyyksien ylittämiseen ja löytämään toisen ihmisen tapa tulkita elämäänsä. Empatia ei kuitenkaan ole riittävä ehto tulkinnoille, vaan sen merkitys on lähinnä syventävä ja teoreettista ajattelua täydentävä. (Saarenheimo 1988, 262; Granfelt 1998, 27–28.)

Totesin edellä valinneeni ymmärryksen, jonka mukaan realistisen ja konstruktionistisen orientaation välillä on mahdollista kulkea. Marja Saarenheimon (1997) mukaan teoria ja olemassa olevat käsitteet voivat antaa suunnan, josta käsin tutkija lähestyy kohdettaan, mutta aineistoa tulisi lukea riittävän avoimesti, jotta analyysi tuottaisi uudenlaista tietoa. Myös Riitta Granfelt (1998) on Dorothy Smithiin (1987, 106–112) viitaten huomauttanut, että teoriat ja niiden pohjalle rakentuva aineiston analyysi voivat helposti kadottaa paikallisen ja erityisen, oikeastaan kaiken sen, mistä ihmiset voisivat tunnistaa itseään ja elämäänsä. Käsitteet vyöryvät eteenpäin elämästä vieraantuneina ja etäisinä, ja tutkimuksesta tulee tekstiä, jossa kukaan ei enää ole subjekti. Käsitteellisten analyysien tulisikin ennen kaikkea toimia välineinä, joilla voidaan lähestyä ja tehdä ymmärrettäväksi tutkittavien ihmisten elämää ja siihen liittyviä kokemuksia. (Smith 1987; Granfelt 1998, 16). Tutkimuksessani se on tapahtunut aineiston ja teoreettisten viitepisteiden kanssa vuoropuhellen.

3.4 Analyysin kulku

Analyysini kulku on ollut samanaikaisesti sekä aineisto- että teorialähtöistä. Marja Saarenheimon (1997, 28–29) ajattelua hyödyntäen kyse on ollut pyrkimyksestä saada aineistoista mahdollisimman paljon irti, sortumatta kuitenkaan tavoittelemaan puhtaasti epäteoreettista tilaa, joka todellisuudessa on saavuttamattomissa. Tarkemmin ottaen olen analyysissäni soveltanut Derek Layderin (1998) adaptiivisen teorian mallia, jota voi pitää panoksena positivistisen ja konstruktionistisen tieteen paradigmatiikastaan (Pekkarinen 2010, 54). Adaptiivisen teorian malli muistuttaa osaltaan grounded theorya¹⁶, jota myös Layder

¹⁶ Grounded theorya hyödyntävässä analyysissä teoria nousee aineistosta ja perustuu siihen. Samalla se tuo käsitteellistettynä ja selkeästi rakennettuna esiin tiedon, jota aineisto pitää sisällään. Kirjallisuuden, aikaisempien teorioiden ja tutkimusten rooli on usein vähäinen tai osa aineiston hankintaa ja koodausta. (Glaser ja Straus 1967; Spännäri 2008, 63) Grounded theorya onkin usein kritisoitu siitä, että ”kentälle mennään tyhjin käsin”, mutta siitä onko periaate toimiva ja miten se tulisi toteuttaa, ei sen käyttäjienkään kesken ole päästy yksimielisyyteen (Spännäri 2008,

itse on kehitelty (Layder 1993, 41–43, 51–70). Layder halusi soveltaa grounded theorya erityisesti kentällä tapahtuvaan käytännön tutkimukseen, mutta häntä vieroksutti ennakko-oletusten torjuminen ja sen myötä vahva pyrkimys induktiiviseen tiedontuotantoon, jossa aikaisemmille teoreettiselle jäsennyksille on vähän, jos lainkaan, sijaa (Pekkarinen 2010, 55). Layderin (1998) mukaan ennakko-oletusten on tunnustettava vaikuttavan aina jossain määrin kaikkeen tutkimukseen. Näin ollen niihin olisi parempi suhtautua avoimesti ja systemaattisesti, jotta ne eivät vääristäisi aineiston analyysia tai tutkimuksen ”tuloksia”. Tätäkin tärkeämpää olisi se, että empiiriset tutkijat arvostaisivat myönteisellä tavalla aiempia teoreettisia ideoita aineiston keruun ja analyysin kohdentamisessa. (Mt., 66; Pekkarinen 2010, 54.) Ratkaisuna muun muassa grounded theoryn puutteisiin, Layder kehitti adaptiivisen teorian, jonka hän kiteyttää seuraavanlaisesti:

Adaptiivinen teoria

- hyödyntää sekä induktiivista että deduktiivista perinnettä kehittäessään ja täsmentäessään teoriaa
- ei sitoudu epistemologisesti konstruktionistiseen tai positivistiseen tiedonymmärrykseen
- omaksuu sekä objektivismiin että subjektivismiin perustuvia ontologisia ennakko-oletuksia
- olettaa sosiaalisen maailman olevan kompleksinen, monikasvoinen ja -kerroksinen sekä tiivistä rakentunut
- keskittyy monentasoisiiin yhteyksiin, joita ihmisten, sosiaalisten aktiiviteettien ja sosiaalisten organisaatioiden (rakenteiden ja systeemien) välillä on. (Layder 1998, 132.)

Adaptiivista teoriaa soveltanut Elina Pekkarinen (2010, 54) toteaa mallin rakentuvan ennen kaikkea täsmällisen metodologian varaan, jolloin huolellisen pohjatyön kautta syntynyt teoreettinen käsiteapparaatti kulkee dynaamisesti empirian rinnalla: ”oikein toteutettuna menetelmä takaa sen, ettei teoria ohjaa analyysiä dogmaattisessa tai deterministisessä mielessä, vaan säilyy avoimena aineiston mahdollisesti mukanaan tuomille uusille teoreettisille havainnoille – jopa alkuperäiskäsitysten hylkäämiselle.” Menetelmän avoimen ja erilaisille aineistoille ja niiden yhdistelmille soveltuvan luonteen vuoksi (Layder 1998, 51–54) ajattelen adaptiivisen teorian soveltuvan erityisen hyvin myös laadulliseen

66; vrt. Layder 1998, 54–55). Tutkimuksessaan grounded theorya hyödyntänyt Jenni Spännäri (2008, 67) kuitenkin huomauttaa, etteivät teemat ”nouse esiin itsestään, vaan tutkijan ja aineiston kohdatessa, tutkijan omien lähtökohtien vaikutuksen alaisena”.

seurantutkimukseen, jossa aineistoa tarkastellaan ajan myötä muuttuvista sijainneista ja uudenlaisista näkökulmista (McLeod ja Thomson 2009, 68).

Laadullisen seurantatutkimuksen parissa käytetyistä analyysimenetelmistä on vasta vähän kirjoitettu, mutta analyysin isoimpana haasteena on pidetty ”eritasojen” tavoittamista. Sitä, miten analyysiprosessi käytännössä etenee, ohjaa usein vahvasti aineiston koko, sillä isojen aineistojen hallinta vaatii omanlaiset tekniikkansa. Janet Holland ja kumppanit (2006) kuvaavat analyysiprosessinsa sisältäneen poikkileikkausanalyysin (jolloin tarkasteltiin yhtä hetkeä ajassa), toistettuja poikkileikkausanalyysyjä (jolloin etsittiin ja tarkasteltiin muutoksia tutkimusvuosien välillä) ja pitkittäisanalyysin (jolloin tehtiin narratiivista analyysia, jonka avulla tarkasteltiin tutkimusvuosien aikana tapahtuneita muutoksia tapauskohtaisesti). Australialaisessa *Inventing Adulthood* -tutkimuksessa tutkijat kokosivat massiivisen, 1500 tuntisen aineiston litteraatit sähköiseen järjestelmään, johon kirjattiin jokaisesta tutkimukseen osallistuneesta lyhyt kuvaus, joka sisälsi taustatiedot ja keskeiset teemat, joista haastatteluissa puhuttiin. Tämän jälkeen tutkijat palasivat aineistoon ja yksittäisten ihmisten tarinoihin, ja muodostivat aineistosta erilaisia tapaushistorioita. (McLeod ja Thomson 2009, 72–73.)

Adaptiivisen teorian malli ohjaa etenemään analyysissä dynaamisesti seuraavien vaiheiden läpi: 1) aineiston teoreettinen otanta, 2) esikoodaus ja tilapäinen koodaaminen, 3) ydinkoodien ja satelliittikoodien muodostaminen, 4) teoreettisten muistiinpanojen kirjoittaminen teorian kehittämiseksi ja 5) teorian rakentaminen (Layder 1998; Pekkarinen 2010, 54). Tutkimusaineistojani ja niiden otantaa olen kuvannut tämän luvun alussa. Aineiston esikoodaamisen aloitin, kun kaksi haastattelukierrosta oli takana, noin puoli vuotta ennen kolmatta haastattelukierrosta¹⁷. Tässä vaiheessa käytin apuna analyysin tueksi tarkoitettua verkkopohjaista ohjelmaa nimeltä Dedoose¹⁸, jonka avulla koodasin aineistoa. Etenkin analyysin alkuvaiheessa muokkasin koodeja jatkuvasti, ja uusia koodeja muodostui aina siirtyessäni uuden tutkimuskeskustelun pariin (Layder 1998, 56). Esikoodeja muodostuikin lopulta paljon, hieman alle kolmesataa, sillä en vielä tässä vaiheessa halunnut rajata tarkasteluani tiettyihin teemoihin tai kysymyksiin. Osa koodeista oli alusta alkaen sisällöltään laajempia, sellaisia kuten ”lapsuus” ja ”asuinympäristö” kun taas osa oli yksittäisiä mainintoja, kuten ”ka-

¹⁷ Ensimmäisen haastattelukierroksen aineiston koodasin ja analysoin kertaalleen pro gradu -tutkielmaani tehdessä, mutta tätä tutkimusta tehdessäni otin käyttöön koodaamattoman aineiston. Vastaavanlaisesta aineiston uudelleen analysoinnista on käytetty englanninkielistä termiä *re-visiting* (McLeod ja Thomson 2009).

¹⁸ Ks. <http://www.dedoose.com/>

lastus” ja ”ovikello”, jotka toimivat lähinnä oman muistini tukena. Mitä yksityiskohtaisempia koodit olivat, sitä helpompi minun oli palata aineistossa siihen kohtaan, jossa asiasta puhuttiin¹⁹.

Layder (1998) vertaa esikoodausta tekstin alleviivaamiseen tai huomiokynällä merkitsemiseen: tekstin viereen piirretyt tähdet, sanat tai muut tutkijan tekemät merkinnät kertovat ennemminkin mahdollisuuksista ja potentiaalista kuin työstetyistä ajatuksista ja käsitteistä, joita aineisto tukee. Aineistoa ikään kuin nuuhkitaan etsien vihjeitä ja ideoita hypoteesejä ja tulkintoja ajatellen (Järvinen-Tassopoulos 2007, 13; Karisto 2008, 58). Siirryttäessä ydin- ja satelliittikoodien pariin tutkija ryhtyy luokittelemaan aineistoa pääpiirteisiin, joiden myötä alkavat hahmottua teemat ja kuviot, jotka antavat aineistolle ominaisen muodon (Layder 1998, 56). Grounded theorystä eroten adaptiivisen teorian parissa koodauksen tarkoitus ei ole koodata aineistoa tyhjentävästi tai tyhjältä, ”ex nihilo”, vaan aiempiin teoreettisiin jäsennyksiin, käsitteisiin ja ajatuksiin nojautuen (mt., 53–58). Ydinkoodien ja satelliittikoodien muodostamisen aloitin jo ennen kolmansiä kohtaamisia, mutta palasin siihen jälleen viimeisten tutkimuskeskustelujen jälkeen, jälleen uuden ja esikoodatun aineiston kanssa. Tässä vaiheessa satelliittikoodeiksi muodostuivat sellaiset koodit kuten päivien kulku, toimintakyvyn rajoitukset, kumppanittomuus, lapsen kuolema ja yksinäisyys ajassa.

Layderin (1998) kuvaama teoreettisten muistiinpanojen kirjoittaminen on ollut minulle aineiston jäsentämistä niiden lähtökohtien pohjalta, joita olen kuvannut luvussa 2. Aineiston analyysiin en siis ole lähtenyt puhtaalta pöydältä vaan peilannut esikoodejani eli löytämiäni mahdollisuuksia aikaisempaan tutkimuskirjallisuuteen. Teoreettisia viitepisteitä hain erityisesti elämänkulkua käsittelevästä tai sitä sivuavasta kirjallisuudesta, sillä analyysin edetessä päädyin painottamaan tarkasteluni yksinäisyyden elämänkululliseen luonteeseen. Syy tähän oli se, että halusin ennen kaikkea lisätä ymmärrystä yksinäisyyden syistä ja tavoittaa myös yksinäisyydessä mahdollisesti tapahtuvat muutokset, joiden koin jääneen aikaisemmissa tutkimuksissa vähäiselle huomiolle. Aineistoa olisi toki voinut lukea myös toisin keskittyen esimerkiksi yksinäisyyden seurauksiin (Pajunen 2011) tai yksinäisyyteen ja aikaan sen eksplisiittisessä muodossaan (Tiilikainen ja Karisto 2016). Koko aineiston antia en siis ole tässä tutkimuksessa pyrkinyt tai edes voinut tavoittaa.

¹⁹ Glesnen ja Peshkinin (1992) mukaan koodit voidaan nimetä hyvinkin persoonallisesti ja tutkijan omien tarpeiden mukaisesti, sillä niiden ei välttämättä tarvitse avautua muille. Tutkimusryhmän osalta tilanne on kuitenkin toinen, jos ja kun useammat tutkijat käsittelevät samaa aineistoa. Tällöin koodeilta vaaditaan selkeyttä ja yhdenmukaisuutta. (Layder 1998, 56.)

Analyysin loppuvaiheessa en enää käyttänyt apuna analyysiohjelmaa, sillä sen käyttö tuntui jäykältä tutkimusprosessin vaiheessa, jossa analyysi ja kirjoittaminen olivat jo vahvasti kietoutuneet yhteen. Koska aineistoa oli niin paljon, käytin kuitenkin analyysin tukena excel-taulukkoa, johon olin ohjelman avulla koonnut esikoodatut aineistokatkkelmat. Yksinäisyyden syitä käsittelevät ydin- ja satelliittikoodit ryhmittelin kolmeen ryhmään taulukon 5 mukaisesti. Tässä vaiheessa tutkimukseni kokonaisuus alkoi saada lopullisen muotonsa, ja analyysi rakentua entistä vahvemmin elämänkulkunäkökulman ympärille.

Taulukko 5. Yksinäisyyden syitä käsittelevät ydinkoodit ryhmiteltynä.

ENSIMMÄINEN KOODIRYHMÄ	TOINEN KOODIRYHMÄ	KOLMAS KOODIRYHMÄ
<ul style="list-style-type: none"> ■ Toimintakyvyn rajoitukset ■ Ystävän kaipuu ■ Vieras kulttuuri ja elinympäristö ■ Suhteet lapsiin ja lapsenlapsiin 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Leskeytyminen ■ Kumppanittomuus ■ Lapsettomuus ja lapsenlapsettomuus ■ Eläköityminen 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Vanhemman menettäminen ■ Lapsen kuolema ■ Sotaan liittyvät kokemukset ■ Seksuaalinen hyväksikäyttö

Lähdin liikkeelle tarkastelemalla yksinäisyyden syitä taulukossa 5 kuvatus ryhmittelyn näkökulmasta, mutta koska taulukossa viimeisimpänä mainitut elämäntapahtumat (koodiryhmä 3) olivat aineistoissani vain yksittäisiä mainintoja ja kietoutuivat osaltaan kahteen muuhun ulottuvuuteen, päädyin valitsemaan yksinäisyyden syitä käsitteleviksi analyysiteemoikseni ”menetettyjä ja toteutumattomia sosiaalisia rooleja” ja ”rakoilevan sosiaalisen saattueen”²⁰, joihin liittyviä ihmissuhteita, elämäntapahtumia tai elämänvaiheita paikansin kaikkien haastateltavieni yksinäisyyden taustalta. Kolmanneksi analyysiteemaksi muodostui ”yksinäisyyspolkuja”, jonka myötä olen tarkastellut yksinäisyydessä tapahtuvia muutoksia niin tutkimusvuosien kuin elämänkulun varrella.

Analyysin viimeisessä vaiheessa kuuntelin vielä kaikki keskustelumme uudestaan, ja pyrin syventämään tulkintaani kiinnittämällä huomiota myös äänenpainoihin ja keskustelumme rytmiin, vaikkei kiinnostukseni ollutkaan puhetoissa vaan ennen kaikkea puheen sisällössä. Tekstissä käyttämäni sitaattit ovat pääosin sanatarkkoja lainauksia, joskin olen poistanut puhekielen täytesanoja. Kaikenlaiseen puheeseen kuuluvan ”tyhjäkäynnin”, toistojen, tapailujen, erilaisen äännähdyksen ja kakomisten toistaminen tekstissä voi turhaan ”tyhmentää” puhujan (Karisto 2008, 80). Olen halunnut lukijan kiinnittävän huomion ennen

²⁰ Käsitteiden sisältöjä avaan kyseisiä analyysiteemoja koskevien lukujen aluksi.

kaikkea siihen, mitä sanotaan, en niinkään siihen, miten sanotaan (Karisto ja Seppälä 2004, 93–94). Paikoitellen olen myös yhdistänyt eri kohdissa keskustelua sanottuja virkkeitä, saadakseni sisällön mahdollisimman luettavaan muotoon, mutta niin, että olen pyrkinyt säilyttämään puhujien persoonallisen tavan ilmaista itseään.

Analyysilukujen 5 ja 6 lomassa kulkevat tiivistetyt kuvaukset kohtaamistani ikääntyvistä ja heidän arjestaan ovat muodostuneet tutkimuspäiväkirjamerkintöjeni pohjalta. Kutakin haastateltavaa koskevat kuvaukset pohjaavat pääosin päiväkirjateksteihin, joita olen kirjoittanut tuoreeltaan pian ensimmäisen kohtaamisemme jälkeen. Niiden tarkoitus on tutustuttaa lukija tutkimuksessa mukana kulkeviin ihmisiin, heidän jokapäiväiseen elämään ja osaltaan myös yksinäisyyden luonteeseen. Samalla ne tuovat esiin sen, että yksinäisyys on vain yksi osa kohtaamieni ikääntyvien elämää, vaikka he ovat kyselyaineistossa sijoittuneet kolmen prosentin ääripäähän eli kaikkein yksinäisimpien vastaajien joukkoon. Kiteytykset eivät siis ole ideaalityyppejä tai tiivistyksiä monista eri henkilöistä, vaan niiden taustalla olevat ihmiset ovat konkreettisia ja todellisia (Purhonen ym. 2015, 29). Ymmärrän kuitenkin niiden olevan omasta näkökulmastani kirjoitettuja: rekonstruktioita kohtaamieni ikääntyvien elämästä.

4 Tutkimuksen rytmi

Tämä luku kertoo tutkimukseni rytmistä: aineiston keruusta ja tutkimusprosessin etenemisestä edeten kronologisessa järjestyksessä ensimmäisestä kohtaamisesta viimeiseen. Yksityiskohtaisella kerronnalla olen halunnut tehdä näkyväksi prosessin aikana tekemiäni valintoja ja niihin liittyviä pohdintoja. Samalla olen halunnut kuvata oman tutkimukseni ajallista luonnetta, jota on pidetty juuri laadullisen seurannan keskeisimpänä haasteena. Läpi luvun tarkasteluni pääpaino on pyrkimyksessäni luoda ja ylläpitää luottamuksellisia tutkimussuhteita kohtaamiini ikääntyvien kanssa ja sen myötä tutkijan roolissani, jonka ymmärrän olevan keskeinen tekijä siinä, millaiseksi tutkimus on lopulta muodostunut. Luvun lopuksi nostan esiin laadulliselle seurannalle tyypillisiä tutkimuseettisiä kysymyksiä ja niihin liittyviä valintojani.

4.1 Tutustumista ja kohtaamisen opettelua

Varsinaisen aineiston keruun aloitin joulun alla 2009 kovien talvipakkasten aikoihin. Haastatteluja jatkoin kuitenkin pitkälle kevääseen 2010, sillä haastatteluvien löytäminen oli hidasta puuhaa, kuten edellisestä luvusta kävi ilmi. Aineiston keruun ensimmäinen vaihe kesti siis nelisen kuukautta, jonka ohella tein toki kaikkea muutakin. Olin tuolloin vielä maisterivaiheen opintojen kimpussa, toinen jalka työelämässä. Paulin ja Olavin tapasin ensimmäisen kerran työpaikkani toimistolla, heidän pyynnöstään. Pauli asui tuolloin avopuolisonsa kanssa, joten ymmärsin, että yksinäisyydestä saattoi olla helpompi puhua muualla kuin kotona. Olavi oli naimisissa, mutta asui yksin, sillä hänen puolisonsa oli jo pidemmän aikaa ollut muistisairauden vuoksi laitoshoidossa.

Loput kahdeksan haastattelua vei minut Vilhon, Laurin, Einin, Aatoksen, Helmin, Heikin, Annelin ja Anjan koteihin ympäri Päijät-Hämettä. Pääasiassa matkustin linja-autolla, mutta välillä turvauduin henkilöautoon huonojen julkisten kulkuyhteyksien vuoksi. Kaiken kaikkiaan vierailin tuolloin viidessä maakunnan kunnassa ja kaupungissa ja tutustuin ensimmäistä kertaa sekä lahtelaisiin kaupunginosaan että päijäthämäläisiin maalaismaisemiin. Helena Ahponen

(2008, 39) kuvaa omassa kentälle menossaan olleen mieleenpainuvaa herkkyyttä: henkistä valmistautumista haastatteluun ja palautumista sen jälkeen. Myös minun mieleeni ovat jääneet ne kerrat kun olin matkalla haasteltavien luokse tai odotin heitä pullakahvien kanssa työpaikallani. Aikana ennen älypuhelinta olin tulostanut paperille reitin tutkimukseni ihmisten luokse, ja perille päästyäni jännitin entuudestaan tuntemattoman oven takana, millaiseksi tapaamisemme muodostuisi.

Ikihyvän lomakkeista saatujen tietojen pohjalta muokkasin hieman kysymysrunkoa, jota ensimmäisissä haastatteluissa käytin. En lähtenyt keskustelemaan esimerkiksi lapsista ja lapsenlapsista, jos haastateltavalla ei sellaisia ollut, mutta minulla oli myös mahdollisuus tarttua lomakkeissa esiin nousseisiin ilontai huolenaiheisiin, kuten mieluisiin harrastuksiin tai vaikkapa kotitalon hissitömyyteen. En kuitenkaan halunnut liiaksi korostaa sitä, että olin tutustunut heidän vastauksiinsa kyselylomakkeista, vaikka tutkimuksesta kertovassa saatekirjeessä ja suostumuslomakkeessa tutkimustietojen yhdistäminen kävi selvästi ilmi (liite 1 ja 2). Sillä, etten ottanut lomakevastauksia aktiivisesti puheeksi, pyrin aloittamaan keskustelun ikään kuin puhtaalta pöydältä. Halusin ennen kaikkea ”kutsua kertomuksia” eli tarjota haastateltavilleni mahdollisuuden puhua niistä elämän asioista, jotka olivat heille erityisen tärkeitä, riippumatta siitä, mitä he olivat lomakkeisiin vastanneet (Chase 1995, 2-14; Granfelt 1998, 30). En siis suunnitellut ensimmäisten keskustelujen kulkua kovinkaan tarkasti, vaan annoin keskustelun kulkea varsin vapaamuotoisesti, joskin hahmottelemini teemoihin tukeutuen (liite 3).

Ensimmäiset kohtaamiset kestivät yhdestä kolmeen tuntia ja kahvittelemaan siirryimme usein sen jälkeen kun olin sulkenut nauhurin. Kohtaamilleni ihmisille oli tärkeää kertoa omasta elämänhistoriastaan ja siihen liittyvistä käännekohdista. Myös päivien kulusta annettiin tarkkoja kuvauksia. Saarenheimon (1997) mukaan iäkkäät pitävät puhumista sinänsä suuressa arvossa. Tämä koskee erityisesti niitä, joilla on rajoitetusti sosiaalisia kontakteja ja jotka elävät yksin. Jos mahdollisuuksia keskusteluun on vähän, voi arkipuhe olla ”väljää”. Väljä puhe ei siis välttämättä ole tavoitteetonta, vaikka onkin erityyppistä kuin tehokkuutta korostava ”tiivimpi” puhe. (Mt., 83.) Kuuntelemalla herkällä korvalla niin väljää kuin tiivistä arkipuhetta voidaan tavoittaa puhuja sekä kulttuurin jäsenenä että omia käsityksiään esittävänä yksilönä (Andersson 2008, 39). Väljää arkipuhetta sivuten Karisto (2008, 76–77) korostaa, ettei teemahaastatteluja tehtäessä keskustelun kulku usein ole täysin tutkijan hallittavissa: väljäkhöjen teemojen puitteissa eteneminen voi tuottaa rikkaan aineiston, mutta tarjota mahdollisuuden myös ohipuhumiselle. Erivireisyys voi kuitenkin olla se tekijä, joka synnyttää kiinnostavaa puhetta, joka olisi jäänyt kuulematta, jos tutkija yksin olisi vienyt keskustelua (Rostila 1997, 56–57).

Niin sanottuun ohipuhumiseen kiinnitin huomiota etenkin ensimmäisellä haastattelukierroksella. Keskustelu ei aina ollut niin ”samanvireistä” kuin olin toivonut, esimerkiksi lääkärikäynneistä tai sota-ajasta saatettiin puhua enemmän kuin olin odottanut, ja saattoi kestää kauan ennen kuin sain keskustelun omasta mielestäni raiteilleen eli niiden teemojen pariin, joihin olin kuvitellut ha-
luavani keskittyä. Jälkikäteen litteroituja keskusteluja lukiessani huomasin kuitenkin joidenkin ohipuhumisen hetkiksi kuvittelemieni tilanteiden olevan tutkimuskysymysteni kannalta olennaisia. Esimerkiksi kun pyysin haastateltavia kertomaan, miltä yksinäisyys tuntuu, vastaukset olivat usein varsin suppeita, mutta siitä kuitenkin kerrottiin muista asioista keskusteltaessa. Vastaavasti huomasin litteraatteja lukiessani joidenkin kysymysteni olleen huonosti muotoiltuja ja vaikeasti ymmärrettäviä.

Elisa: Kun sanoitte, että se on jollakin tavalla sellasta tyhjäänpäivästä, niin minkälaisia tunteita siihen sitten liittyy? Onko se semmosta surua vai tuleeko vähän vihaseks, pystyykö sitä kuvailemaan, että miltä se tuntuu siinä?

Anja: No en minä kyllä vihanen ole, mutta... Niin mitä sinä sanoit?

[Maaliskuu 2010]

Elisa: Jos ajattelee sitä yksinäisyyttä, niin minkälaisia tunteita siihen liittyy? Onko se semmosta surumielisyyttä vai onko sitten, että on vähän vihanen siitä, että ei oo niitä yhteyksiä tai mahdollisuutta olla ehkä siellä kotipaikalla?

Pauli: No en mä nyt vihanen ainakaan oo, että sillä tavalla. Kyllä hän se kaikki johtuu kun äiti kuoli ja joudun sinne...

[Tunteet nousevat pintaan ja Paulin ääni alkaa hieman väristä. Hän pitää pienen tauon puheessaan.]

Pauli: Vähän vaikee kertoa näistä.

[Maaliskuu 2010]

Myös tapani paikata hiljaisia hetkiä kuului nauhalta ja näkyi myös litteraateissa. Kovin pitkiä taukoja en haastateltavilleni muistanut tai osannut antaa, vaikka tiesin kuuntelun olevan aktiivista toimintaa ja haastattelutilanteen edellyttävän

erityisen huolellista kuuntelua sen tavoittamiseksi, mitä haastateltavat puheellaan tarkoittavat (Andersson 2008, 38). Olihan kuuntelemisen ja kuulemisen taitoa on pidetty ”etnografian tärkeimpänä ja vaikeimpana asentona” (Hakala ja Hynninen 2007, 211; Virkola 2014, 70). Haastateltavan luottamus haastatteliin ei lähde vahvistumaan, jos puhetta kuuntelee puolihuolimattomasti (Karristo 2008, 79), minkä vuoksi se liittyy olennaisella tavalla myös empaattiseen aineiston keruuseen; ei kauhistelua vaan aitoa kuuntelua, josta muodostuu inhimillinen kohtaaminen (Laitinen 2004, 64).

Ensimmäisiä haastatteluja tehdessäni lähdin helposti johtamaan keskustelua antamatta toiselle tilaa hitaampaan käynnistymiseen tai tuumailuun, en osannut improvisoida ja esittää tarkentavia kysymyksiä siinä määrin kuin olisin toivonut. Kuunnellessani näiden keskustelujen nauhoja löysin keskustelusta kohtia, joissa olisin voinut aktiivisemmin esittää jatkokysymyksiä kiiruhtamatta eteenpäin:

Elisa: Suunnittelitko sitten kauan omakotitalon hankkimista?

Lauri: No mie asuin tuolla [asuinalueen nimi] ja miulla oli oma osake. Miehän asuin siellä viistoista vuotta, mutta siinäki tuli ongelmia naapurin kanssa. Ne oli vähän ilkeitä..

Elisa: Muutitte tänne sitten sen jälkeen?

[Joulukuu 2009]

Siihen miksi en aina osannut ottaa koppia ilmaan heitetystä ajatuksesta tai jälkikäteen olennaiselta tuntuvasta vihjeestä, saattoi vaikuttaa kokemattomuuteni haastattelijana, mutta myös vireystilani. Toisinaan päivät olivat olleet pitkiä ja keskustelu venynyt useampituntiseksi. Tällöin olin jo ehkä liian väsynyt ja hie-man puolihuolimaton kuuntelija. Syy siihen, miksi lähdin tekemään uusinta-haastatteluja, ei kuitenkaan ollut siinä, että halusin paikkailla virheitäni haastattelijana. Päinvastoin, jo ensimmäisen kohtaamisten jälkeen arvelin onnistuneeni tilanteissa kohtalaisen hyvin. Kohtaamiltani ikääntyviltä sain minua ilahduttavaa palautetta, vaikkapa taputuksen olkapäälle tai maittavat tarjoilut antoisan keskustelun päätteeksi.

Haastattelu on kestänyt runsaan tunnin kun laitan nauhurin pois päältä ja siirryn keittiöön, jonne Anja menee keittämään kahvia. Kodinhoituhuoneesta löytyy tarjotin, jossa on itse leivottua kääretorttua, kuivakakkua ja pullaa. Olen melko varma siitä, että Anja on laittanut kaiken valmiiksi ikään kuin varmuuden vuoksi. Jos keskustelumme olisi sujunut huonosti, olisivat herkut varmasti jääneet tarjoamatta. Nyt istumme

kuitenkin kahvikupin ääressä juttelemassa niitä näitä. (Tutkimuspäiväkirja maaliskuu 2010)

Tutkija on perinteisesti mielletty asiantuntijaksi, joka kontrolloi haastattelutilanteessa keskustelun kulkua, ilmaisematta juuri omia tunteitaan. Tiina Silvas-tin (2001) mukaan pidättyväisellä ja muodollisella haastattelutekniikalla voi tus-kin olettaa saavansa aineistoa, jossa tunteita käsitellään ja ilmaistaan runsaasti. Myös Eija Nurminen (1992, 27–28) on korostanut hyvän haastattelun syntyvän kun kaikki osapuolet tuntevat saavansa siitä (Granfelt 1998, 38). Haastatteluko-kemusta ei minulla ennen ensimmäistä haastattelukierrosta juuri ollut. Työni puolesta olin käynyt jututtamassa vanhuspalveluiden työntekijöitä (Pajunen 2009), mutta varsinaisia tutkimushaastatteluja en ollut koskaan aiemmin teh-nyt. Haastatteluoppaita en sen kummemmin lueskellut vaan päätin olla haastat-telutilanteessa oma itseni ja katsoa mihin se johtaa. Toivoin kuitenkin onnistu-vani tarjoamaan mahdollisuuden keskusteluihin, joita myös kohtaamani ikään-tyvät pitäisivät antoisina, mikä tarkoitti sitä, etten voinut jättäytyä etäälle ja olla kertomatta myös itsestäni jotain. Kysymyksiin esimerkiksi perheestäni ja opin-noistani vastasin kiertelemättä, ja saatoin oma-aloitteisesti kertoa, jos meillä keskustelukumppanin kanssa oli jotain yhteistä, vaikkapa kiinnostus hevosiin tai muistoja joltain tietyltä paikkakunnalta.

Merja Laitinen (2004) muistuttaa olevan tutkijasta kiinni, syntyykö haasta-teltavan kanssa luottamuksellinen suhde vai ei. Olennaista on, että tutkija tun-nistaa itsensä, osaa tulkita olemustaan ja käyttäytymistään (mt., 64). Kun pystyy tarkastelemaan niin omia kuin tutkimiansa ihmisten tunteita, voidaan päästä sy-vennemmälle tutkimuksen kohteena olevana ilmiöön (Laitinen ja Uusitalo 2007, 326). Tutkijan on tehtävä itsensä haavoittuvaksi ja hylättävä ”fiktiivinen sympa-tia” (Stanley ja Wise 1993; Granfelt 1998, 22). Muun muassa Elisa Virkola (2014) ja Sirpa Andersson (2008) ovat tutkimuksissaan tarkastelleet tutkijan positio-taan, josta puhutaan usein etnografian parissa. Tutkijan rooliin vaikuttavat mo-net tekijät: tutkijan ikä, sukupuoli, olemus, olemassa olevat luontevat roolit ja se, millä tavalla tutkija pyrkii joko muistuttamaan olevansa ulkopuolinen tutkija tai osallistumaan ja häivyttämään ulkopuolisuuttaan (Ronkainen ym. 2011, 92–93). Tutkimustilanteessa tutkijalle annetut roolit voivat vaihdella samassakin keskustelussa (Ronkainen 1989, 73).

Ensimmäisen haastattelukierroksen jälkeen pohdin rooliani ennen kaikkea ikäni kautta ja olin varsin vahvasti asettunut ikään kuin nuoren sukulaistytön rooliin, joskin tutkijan saappaissa (Pajunen 2011, 37). Omaa elämääni tai omia näkemyksiäni en nuoren tytön roolista huolimatta halunnut selostaa vaan pyrin kohtaamisissa vastavuoroisuuteen Granfeltin (1998, 39) kuvaamalla tavalla: ole-malla läsnä, kuuntelemalla tarkoin ja osoittamalla kiinnostukseni. Ymmärsin

mahdollisuuden tutustua toiseen voivan syntyä myös havaintojen, tunnelman ja yhdessä rakennetun kertomuksen pohjalta (mt.). Ihmisten omiin kokemuksiin liittyvien arkaluontoisten tutkimusaiheiden kohdalla niin sanotut syvähaastattelut ovat monesti tarpeellisia (Laitinen 2004, 63), mutta syvällisyyden määrittely voi olla vaikeaa, sillä vähäeleinen ja vähäpuheinen haastattelu voi tuottaa yhtä syvällistä ja syvällisempääkin ainesta kuin runsas puhe ja voimakkaat tunnelmaisut (Granfelt 1998, 30). Puhumattomuus voi kertoa enemmän kuin runsaat sanat, kuten Helena Ahponen (2008, 51) on todennut, mutta tarinan tavoittaminen edellyttää tutkijalta kykyä aistia se.

Oivasti Maritta Törrönen (1999, 130) on tutkimuksensa lopuksi viitannut kirjailija Mika Waltariin (1978, 39), jonka mukaan kirjailija ”näkee, tuntee, vais-toaa lukemattomin tavoin, arvaamattoman herkästi ihmisen. Pelkkä katse, sävy, äänen värähdys voi ilmaista hänelle enemmän kuin pelkät sanat ja selittelyt”. On selvää, että myös tutkija tarvitsee tätä taitoa. Tunteiden ilmaisemisen ja käsitteilyn osalta yksittäiset haastattelut usein kuitenkin poikkeavat toisistaan, vaikka haastattelijaksi olisi sama (Silvasti 2001, 50). Näin kävi myös omien kohtaamisteni kohdalla etenkin ensimmäisellä kierroksella, jolloin ikään kuin vasta tunnustelin, millaisesta keskustelukumppanista on kyse. Osan kanssa keskustelu oli ensi hetkestä alkaen luontevaa ja rentoa, enkä liiaksi miettinyt mitä seuraavassa hetkessä sanoisin, kun taas toisinaan minulle tuli tunne, etten saanut keskusteluun sellaista rytmiä tai herkyttä, jota olin toivonut.

Istahdamme kahvittelemaan. Emme juuri keskustele, sillä vieressä olevat miehet juttelevat edelleen varsin kovaan ääneen. Hiljaisuus ei kuitenkaan tunnu vaivaantuneelta. Hetken istuttuamme Aatos toteaa näiden olevan niitä parempia hetkiä ja hänen olevan kiitollinen siitä, että olen vieraillut hänen luonaan. Kerron tapaamisemme olleen antoisa myös minulle ja kiitän häntä siitä, että otti minut vastaan. Ennen kotiinlähtöä vien Aatoksen kahvilasta kotiovelle. Nousen autosta hyvästelemään ja hän toivottaa aurinkoa elämälleni. Kerron olevani yhteydessä graduni valmistuttua ja huomaa Aatoksen ilahtuvan siitä, että voimme pitää yhteyttä myös jatkossa. (Tutkimuspäiväkirja maaliskuu 2010)

Haastattelu lähtee nopeasti käyntiin. Tunnelma on selvästi erilainen kuin aiemmissa haastateltavien kotona tehdyissä haastatteluissa. Tahti on nopea, eikä haastateltava juuri lähde oma-aloitteisesti kertomaan elämästään. Jään hieman harmittelemaan sitä, ettei keskustelu etene yhtä luontevasti kuin aiemmat. (Tutkimuspäiväkirja maaliskuu 2010)

Eron huomasi haastateltavieni kotona ja työpaikallani käytyjen keskusteluiden välillä, kuten yllä oleva katkelma muistikirjastani paljastaa. Toimistomaisella ympäristöllä kuvittelin tuolloin olleen suuri vaikutus siihen, millaiseksi kohtaaminen muodostui. Tilanne ei tuntunut yhtä luontevalta ja keskustelevalta kuin kahvi- tai sohvapöydän ääressä istuessani, ja tunsin itseni ennen kaikkea haastattelijaksi, en niinkään keskustelukumppaniksi. Haastateltavan kotona – hänen vieraanaan – olemisen ajattelin syventäneen keskustelujen sisältöä ja osaltaan lisänneen myös tapaamisten pituutta. Tutkimuksen edetessä huomasi kuitenkin, ettei kyse ollut niinkään siitä, missä tapasimme vaan siitä, että jokainen kohtaamistani iäkkäistä oli omanlainen persoonansa ja siten myös hyvin erilainen keskustelukumppani. Osalle omista tunteista ja ajatuksista puhuminen oli helppoa, eikä niiden suhteen arkailtu ensimmäiselläkään tapaamiskerralla, kun taas toisille omasta elämästä puhuminen oli selvästi vaikeaa kolmannellakin kohtauksella. Jaan siis muiden tutkijoiden kokemuksen siitä, että haastattelut ovat sidoksissa haastateltavan tyyliin ja persoonallisuuteen: toinen tarvitsee enemmän kommentointia ja tukea etenemiselle kuin toinen (Jokiranta 2003, 77); toisen puhe voi virrata selkeänä ja kantaa ottavana kun taas toisen lyhyenä ja yksisanaaisena (Ahponen 2008, 49).

Näin jälkikäteen pohdin, ettei toimistoympäristö oikeastaan edes vaikuttanut siihen, missä määrin vaikeista asioista puhuttiin. Koti on hyvä haastattelupaikka (Hirsjärvi ja Hurme 2008; Victor ym. 2009, 53), mutta sielläkin toiset ovat valmiimpia puhumaan kuin toiset (Ahponen 2008, 47). Esimerkiksi Paulin kanssa tapasimme ensimmäisen kerran toimistolla ja jo tuolloin tunteet nousivat pintaan hänen kertoessaan äitinsä kuolemasta, kuten edellä olleesta katkelmasta kävi ilmi. Tunnin mittaisen ja vähäpuheisen haastattelun aikana Paulin suru oli käsin kosketeltavaa kokoushuoneen pöydän toiselta puolen. Myös monen muun kanssa tunteet olivat pinnassa ensimmäiselläkin tapaamiskerralla. Heikki kertoi vaimonsa sairastumisesta ja viimeisistä yhteisistä vuosista ja sekä Eini että Anja miehiensä kuolemasta, eikä äänen värähtelyä ja silmäkulman kostumista minulta piiloteltu. Näin ei ehkä olisi käynyt, jos lähestymistapani kohtaamisiin olisi ollut toisenlainen.

Se, että pyrin empaattiseen tiedonkeruuseen, merkitsi antoisaa, mutta raskastakin tutkimuksen tekoa. Aloitettuani aineiston keruun mielessäni eivät pyörineet niinkään tapaamisemme vaan ihmiset, joita olin tutkimukseni kautta kohdannut. Joinain päivinä saatoin huomata miettiväni, olikohan Eini päässyt ulkoilemaan, istuisikohan Olavi parhaillaan kaupungilla kahvilassa, voisiko Aatos tai Pauli jo paremmin ja miten Anja pärjäisi pihatöiden kanssa. Kesän jälkeen lähetin kaikille haastateltaville postia, jossa kiitin tapaamisistamme ja kerroin ilmoittavani kun tutkimukseni olisi valmis.

Erityisesti etnografiassa on pidetty tärkeänä, että kentällä ollessaan tutkija saa tuntuman tutkittaviinsa. Laura Assmuth (1997, 49) on kirjoittanut tutkimuskohteeseen ”rakastumisesta”. Jos tutkittavat tietävät tutkijan ihastuneen tutkimuskohteeseensa, he tulkitsevat tämän arvostuksen osoitukseksi ja ovat auliita auttamaan aineiston keruussa. Liian lähelle ei kuitenkaan ole syytä mennä, ja analyttistä etäisyyttä tarvitaan viimeistään aineistoa tulkittaessa: voimakas ihastuminen tutkimuskohteeseen kun voi värjätä aineistojen hankintaa ja niiden tulkintaa. (Karisto 2008, 40–42.) Jos samaistuu tutkittaviinsa liian voimakkaasti, tutkijanidentiteetti voi hämärtyä ja tutkija muuttua tutkittaviensa puolestapuhujaksi (Vesterinen 1999, 101). On puhuttu eläytymisestä ja etäisyyden ottamisesta (esim. Geertz 2000, 14–16). Vasta etäisyyden otto mahdollistaa ajattelun ja tunteiden yhdistämisen aineiston analyysissä (Granfelt 2008, 29). Kariston (2008, 41) mukaan eläytymisen ja etääntymisen pitää kuitenkin olla joustavassa suhteessa. Tällöin ”kenttätöön” ja kirjoittamisen välille ei saisi aueta liian suurta kuilua, jonka myötä ne näyttäytyvät toisistaan täysin erillisinä tutkimuksen vaiheina (mt.).

Ensimmäisen haastatteluaineiston analyysin aloitin vuoden 2010 syksyllä, kun viimeisestä haastattelusta ja sen litteroinnista oli kulunut muutama kuu-kausi. Pieni ajallinen etäisyys aineistosta tuli tuolloin tarpeeseen, sillä ensimmäisen haastattelukierroksen aikoihin olin voimakkaasti eläytynyt tutkittavieni elämään. Vielä joulun aikoihin lähetin kaikille jouluntoivotukset ja vaihdoin Aatoksen kanssa puhelimitse kuulumisia pian kortin lähettämisen jälkeen. Seuraavana vuonna valmistuneessa pro gradu -tutkielmassani pohdiskelin sekä Assmuthiin (1997) että Karistoon (2008) viitaten: ”Aika, jonka vietin haastateltavieni seurassa oli kuitenkin lyhyt, eikä tutkimukseni kohdalla voida puhua yhte-näisestä kenttätöjaksosta etnografian perinteisessä mielessä, joten etäisyyden otto tapahtui helposti ja osittain huomaamatta. Kun palasin aineiston pariin, ta-sapainoilin eläytymisen ja etäisyyden ottamisen kanssa varmemmin kuin haas-tatteluja tehdessäni.” (Pajunen 2011, 15). Kovin suurta etäisyyttä en kuitenkaan tainnut osata ottaa, sillä mieleeni jäi pyörimään ajatus tutkimuksen jatkami-sesta.

4.2 Katseen suunta vaihtuu

Pro gradu -tutkielmassani keskityin tarkastelemaan yksinäisyyttä arkielämän näkökulmasta. Olin kiinnostunut siitä, mitä yksinäisyys arjen kontekstissa tut-kimukseni iäkkäillä merkitsee, mutta myös yksinäisyyden syistä. Ensimmäisten

kohtaamisten jälkeen en vielä tiennyt, tulisinko tapaamaan haastateltaviani uudestaan, mutta ajatus tutkimuksen jatkamisesta alkoi pikkuhiljaa vahvistua graduni valmistuttua. Kuudelle heistä olin lähettänyt heidän omasta pyynnöstään aikaisemman tutkimukseni. Tuon jälkeen puhuin pariin otteeseen puhelimesta Aatoksen kanssa, ja Lauri pyysi tutkimuksestani vielä toista kopiota, jonka halusi antaa serkulleen. Annelilta sain kesällä 2011 postikortin, jonka hän oli lähettänyt kesälomamatkaltaan. Muista tutkimukseeni osallistuneista en kuitenkaan ollut kuullut mitään ensimmäisen kohtaamisen jälkeen ja yhä useammin huomasin miettiväni, mitä heille kuuluu. Oliko yksinäisyys yhä läsnä heidän arjessaan ja jos oli, millä tavoin? Olin myös utelias näkemään, mitä uutta uusinta-haastattelut saattaisivat tuoda esiin. Muuttuisiko ymmärrykseni heistä ja koetun yksinäisyyden luonteesta, jos tapaisin tutkimukseni ihmisiä uudestaan? Muun muassa näihin kysymyksiin toivoin saavani vastauksia kohtaamalla heidät toisen kerran.

Koska olin pitänyt osaan haastateltavista satunnaisesti yhteyttä ja Ikihyvä-seurannankin oli määrä jatkua vielä vuoteen 2012 saakka, tuntui lopulta varsin luontevalta esittää pyyntö haastatella heitä uudestaan puolitoista vuotta ensimmäisen kohtaamisemme jälkeen. Alkukesästä 2012 soitin Aatokselle, Laurille, Paulille, Annelille ja Anjalle. Lauri ei minua ja tutkimustani heti muistanut, mutta pienen jutustelun jälkeen asia palautui hänen mieleensä. Anneli, Aatos ja Pauli muistivat minut saman tien ja kertoivat jo puhelimesta hieman kuulumisiaan. Pauli kertoi avopuolison kuolleen alle vuosi sitten, mitä en osannut aavistaa, vaikka arvelin toki muutoksia heidän elämässään tapahtuneen ja tiesin puolison sairastelleen. Pauli kuitenkin totesi tapaavansa minut mielellään ja kertoi graduni olevan ”kirjahyllyssä tuossa lähistöllä”. Kaikkien kanssa sovimme puhelimesta sopivat ajankohdat seuraaville viikoille.

Anjalle soitin seuraavaksi ja myös hän muisti minut hyvin. Anja kertoi elävänsä raskaita aikoja, sillä hän oli kokenut toisen läheisen menetyksen vastikään. Suru oli yhä vahvasti läsnä, eikä Anja ollut vielä valmis siitä puhumaan. Juttelimme kuitenkin puhelimesta tovin. Anja kyseli kuulumisiani ja kerroin lyhyesti elämäntilanteestani. Anja iloitsi kuullessaan lapsestani, joka oli syntynyt viime tapaamisemme jälkeen ja totesi minulla elämän olevan edessä kun taas hänen omansa olevan loppusuoralla. Jo silloin kun ensimmäisen kerran tapasin Anjan, huomasin, että hänen oli vaikea kertoa minulle raskaista elämäntapahtumista, joten ymmärsin, miksi hän ei kokenut voivansa jatkaa tutkimuksen parissa. Toisaalta muistin Anjan pitäneen keskusteluamme antoisana ja kohtaamisemme olleen myös hänelle merkityksellinen, joten osa minusta olisi toivonut, että olisin onnistunut pyörittämään hänen päätöksensä. Kunnioitin toki Anjan näkemystä, mutta annoin hänelle vielä numeroni, jos mieli sattuisi muuttumaan.

Samoihin aikoihin kun soitin osalle haastateltavista, lähetin lopuille viidelle kirjeet (liite 4), jossa kerroin, että olen päättänyt jatkaa tutkimustani väitöskirjan merkeissä ja toivoisin tapaavani heitä uudelleen, jotta voisin kuulla, mitä heille kuuluu, ja syventää myös aiemmin käytyjä keskustelujamme. Kirjeen mukana oli jälleen suostumus (liite 5) sekä sille palautuskuori, josta postimaksu oli maksettu. Ensimmäiseksi sain postia Heikiltä, jolle soitin saman tien. Sovimme tapaamisen hänen luokseen seuraavaksi viikoksi. Puhelimessa Heikki totesi useaan otteeseen minun olevan sydämellisesti tervetullut ja naureskeli olevansa valmis taas ”saarnaamaan”. Hän myös varoitti olevansa näinä päivinä hieman höperö, mutta minunhan ”tutkivan juuri sellaisia”. Näillä mennään mitä on, totesimme molemmat huvittuneina.

Pari viikkoa kirjeiden lähettämisen jälkeen soitin Vilholle, Helmille, Olaville ja Einille, joista ei ollut kuulunut mitään. Vilho vastasi nopeasti puhelimeen, mutta ei oikein tuntunut kuulevan hyvin puhettani. Hän kysyi, mitä kuuluu, mutta samalla minulla oli tunne, ettei hän kuullut kuka olen. Kerroin kirjeestä ja kysyin onko hän saanut sen. Vilho sanoi heittäneensä sen roskiin, sillä on niin huonokuuloinen, ettei voi jutella. Hän kertoi naistutkijasta, joka on aikaisemmin käynyt hänen luonaan ja nyt toivonut uutta haastattelua. Vilho ei kuitenkaan tuntunut kuulevan yritystäni kertoa, että minä olen sama ihminen. Puhelimessa puhuminen oli selvästi vaikeaa, joten yritin kysellä olisiko hänen helpompi keskustella kasvotusten. Sekään ei oikein enää onnistu, Vilho totesi. Lopuksi Vilho lähetti terveisiä sille naiselle, joka kävi häntä haastattelemassa. Emme siis enää sopineet uutta tapaamista.

Olavi muisti minut hyvin ja kertoi kirjeen olevan pöydällään, mutta unohtaneensa asian. Puhelimessa hänkin totesi olevansa nykyään ”hieman höperö”. Sovimme uusintahaastattelun vanhan työpaikkani toimistolle, jossa tapasimme viimeksikin. Lupasin vielä muistuttaa asiasta samaisena aamuna. Myös Helmi vastasi vanhasta numerostaan. Hän on inkerinsuomalainen ja puhuu varsin murtaen suomea, joten keskustelumme ei viimeksi ollut aivan vaivatonta, etenkin puhelimessa. Helmi kuitenkin kertoi saaneensa kirjeen, mutta vastauksen jääneen lähettämättä. Hän totesi, että voin tulla kylään, nyt kun kerran soitin. Edellisenä päivänä päätin vielä soittaa ja muistuttaa, että olen tulossa. Jälleen Helmi kertoi unohtaneensa, mutta se ei kohtaamistamme haitannut, kuten päiväkirjamerkintäni paljastaa.

Matkustan linja-autolla Helmin luokse. Soitin hänelle eilen muistuttaakseni tapaamisesta ja hän kertoi jo unohtaneensa koko asian. Jännittän, onko asia jälleen unohtunut vai muistaako hän millä asialla olen. Kun avaan oven, Helmi ihmettelee sitä että tulin yksin. Hän oli odotta-

nut useampaa ihmistä. Hämmäntynyt hän ei kuitenkaan ole, vaan ryhtyy heti ihmettelemään tukkaani, voivotellen sen paksuutta. Helmi on kiinnostunut, miten olen sen sellaiseksi saanut. Eteisestä siirryn olohuoneeseen pöydän ääreen ja Helmi istahtaa toisella puolella huonetta olevaan nojatuoliin. Tiedustelen, muistaako hän viime tapaamisemme. Se on päässyt unohtumaan, muisti on kuulemma huono. Tosin Helmi ei usko sen johtuvan vanhuudesta. Hänellä ei ole oikein koskaan jäänyt asioita hyvin päähän. Jo nuorempana muisti on ollut huono. Helmi arvelee sen johtuvan verenpainetaudista, jota on sairastanut iät ja ajat. (Tutkimuspäiväkirja heinäkuu 2012)

Helmin jälkeen soitin Einille pariin otteeseen ja toisella kertaa hän vastasi. Eini ei ollut saanut kirjettäni ja selvisi, että hän on muuttanut uuteen kotiin jo pian edellisen tapaamisemme jälkeen. Syynä on ollut vanhan talon hissittömyys. Nyt Eini asuu uudessa talossa, mutta lähellä vanhaa kotiaan. Puhelimessa Eini kertoo, ettei siltikään pääse juuri liikkumaan, sillä jalat ovat niin huonossa kunnossa. Einille kuitenkin sopi hyvin, että keskustelemme uudestaan, joten sovimme tapaamisen hänen luokseen. Myös Einiä muistuttelin edellisenä päivänä. Puhelimessa Eini varoitti kuulevansa huonosti ja pyysi soittamaan ovikelloa useampaan otteeseen, jos häntä ei näy avaamaan. Huoli oli kuitenkin turha, sillä Eini avasi oven varsin pian. Asetuimme istumaan olohuoneeseen, ja ihmettelimme yhdessä minne lähettämäni kirje on joutunut, sillä postin kautta kirjeet usein ohjautuvat hyvin uuteenkin osoitteeseen. Kysyin Einiltä, muistaako hän tapaamisemme kahden ja puolen vuoden takaa, ja Helmin tavoin hän ei sitä muistanut. *Siinä kohdin on ollut muistikatkos*, Eini totesi. Melko pian tapaamisemme jälkeen sain puhelun Einin miniältä, joka tiedusteli tarkemmin vierailuni syytä. Eini ei ollutkaan osannut kertoa kuka olin ja miksi olin hänen luonaan käynyt.

Tänään sain puhelun Einin miniältä. Häntä oli jäänyt askarruttamaan käyntini, sillä ajatteli minun olleen palveluntarpeenarvioija. Eini ei ollut muistanut tapaamisemme syytä ja antanut ymmärtää, että olin toivonut omaisen läsnäoloa. Miniä oli huolestunut asiasta, sillä perhe oli odottanut palveluohjaajaa, joka olisi tullut Einin tilannetta arvioimaan. Kerroin tutkimuksestani ja lupasin lähettää sähköpostitse tarkempaa tietoa siitä. Juttelimme tovin Einin tilanteesta ja miniä kertoi muistin kanssa olevan vaikeuksia, mitä en haastattelutilanteessa samalla tavalla huomannut, sillä Eini pystyi hyvin keskustelemaan kanssani. Ongelmia onkin ollut juuri lähimuistissa ja hänelle ei ollut jäänyt mieleen tapaa-

misemme tarkoitusta. Miniä kertoi Einin kertoneen tapaamisemme olleen mukava ja minun muuttaneen Kuopioon. Muut yksityiskohdat olivat jääneet pimentoon. (Tutkimuspäiväkirja elokuu 2012)

Vaikka tapaamisemme oli sujunut mukavissa merkeissä, olin harmissani siitä, etten ollut ymmärtänyt Einillä olevan muistivaikeuksia siinä määrin, että käyntini tarkoitus ei ollut käynyt hänelle selväksi ja ainakin aiheuttanut sen vuoksi omaisille hämmennystä. Tuolloin huomasin olevani ensimmäistä kertaa tilanteessa, jossa tutkimuksen teon eettisiä kysymyksiä oli mietittävä yhä useamalta kantilta. Päiväkirjassani pohdin muun muassa sitä, missä määrin omaisten tulisi tutkimukseni teosta tietää. Koska useimmille olin ensimmäinen, jolle yksinäisyydestä puhuttiin, vierastin ajatusta siitä, että omaisten pitäisi tietää tutkimuksestani. En halunnut aliarvioida heidän kykyjään suostumuksen antamiseen (Virkola 2014, 76), ja halusin asiasta kertomisen olevan haastateltavien oma päätös. Esimerkiksi Paulin kohdalla olin ensimmäisen tapaamisemme aikoihin tilanteessa, jossa pohdin voisinko lähettää hänelle kotiin postia tutkimukseeni liittyen, sillä en tiennyt oliko hän kertonut puolisolleen tutkimuksesta ja sen aiheesta. Jotta postini ei aiheuttaisi hämmennystä kotona, päädyin tuolloin lähettämään tervehdykseni Paulille suljetussa kuoressa, en postikorttia kuten muille.

Kesän 2012 jälkeen takana oli kahdeksan uusintahaastattelua ja olin suhteellisen tyytyväinen siihen, millaiseksi aineisto oli muodostunut. Ainoastaan Anjaa ja Vilhoa en päässyt tapaamaan uudestaan, mutta koska vaihdoimme puhelimitse kuulumisia, tiesin hieman, mitä heidän elämässään oli sitten viime kohtaamisen tapahtunut. Paulin ja Olavin tapasin jälleen työpaikkani toimistolla ja muut kuusi heidän kotonaan. Keskustelun kulkua suunnittelin siten, että luin edellisen haastattelun litteraatin huolellisesti ennen jokaista tapaamista, jotta keskustelumme voisi jatkua sujuvasti siitä mihin jäimme. Osa tutkimukseni ihmisistä muisti aikaisemmat keskustelumme hyvin kun taas osa oli unohtanut käyntini tyystin. Molemmissa tilanteissa koin tärkeäksi, että pystyin tarttumaan sellaisiin asioihin, joita toinen oli minulle viimeksi kertonut.

Nauhoitettu keskusteluosuus kesti tällä kertaa runsaasta tunnista vajaaseen kahteen ja edellisen kerran tavoin jäin useimmiten vielä hetkeksi juttelemaan tai istumaan kahvikupin ääreen. Minusta tuntui, että moni olisi halunnut että jään pidemmäksikin aikaa juttelemaan niitä näitä, ja huomasin usein puntaroivani, minne raja olisi hyvä vetää. Mietin, olinko liian hätäinen ja annoinko tarpeeksi tilaa myös tutkimuksen ulkopuoliselle keskustelulle, mutta samalla mielessäni kummitteli jo aiemmin esiin tuomani ajatus tutkimuskohteeseen ”rakastumisesta”. Hetket, joissa lähdin ihmisten luota, tuntuivat luontevilta, joten näin jälkikäteen ajattelen ratkaisseeni asian niin hyvin kuin mahdollista. Tunnustelin

aina tovin, millaiseksi keskustelu oli muotoutumassa, enkä usko antaneeni sellaista kuvaa, ettei minulla olisi aikaa tai kiinnostusta jatkaa jutustelua, vaikka pääänvaivaa välillä aiheuttivatkin huonot julkiset kulkuyhteydet, jotka rytmittivät osaa kohtaamisista.

Ennen jokaista toisen kierroksen tapaamista olin kirjannut vihkooni kysymyksiä, jotka aioin nostaa esiin, mutta useimmiten keskustelu kulkikin niin, etten juuri vilkuillut muistiinpanojani. Ehkä olin jo tottuneempi haastattelija ja osasin paremmin tarttua aiheisiin, joita minulle tarjottiin, mutta täytyy myöntää, että joskus jäin miettimään, olinko unohtanut jotain olennaista kun muistiinpanot jäivät niin vähälle huomiolle. Kohtaaminen oli imaissut minut mukaansa. Kaikille yhteisiä kysymyksiä minulla ei samalla tavalla ollut kuin ensimmäisellä kierroksella, mutta muutamat teemat olivat sellaisia, joista kaikkien kanssa puhuin. Yksi niistä oli kysymys, jonka myötä pyysin haastateltavaa pohdimaan, olisiko hän toivonut elämässä jonkun asian menneen toisella tavalla. Joidenkin kohdalla juuri tämä kysymys avasi sellaisia elämänkulkuun liittyviä tapahtumia, joita ei edellisellä kerralla ollut tullut esiin, vaikka aikaisemmista elämäntapahtumista olimme viimeksikin puhuneet varsin paljon.

Sekä Anneli että Lauri kertoivat toisella haastattelukerralla elämänhistoriaansa asioita, jotka olivat jättäneet varjon myös nykyhetkeen. Annelin kohdalla kyse oli äidin masennuksesta ja lapsuudesta sodan varjossa, kun taas Lauri kertoi hankalasta suhteesta isäänsä ja perheen sisäisten välien katkeamisesta, jotka painoivat mieltä edelleen. Myös lukutaidottomuus ja syy siihen tulivat ilmi vasta toisen nauhoitetun keskustelumme päätyttyä, kahvinkeiton lomassa.

Lauri ryhtyy kahvinkeittoon ja jutustelemme siinä ohessa niitä näitä. Istahdamme keittiön pöydän ääreen ja syömme pullaa, jotka Lauri on aamulla käynyt ostamassa. Kahvin lomassa tulee puheeksi, ettei Lauri ole koskaan oppinut lukemaan. Sitä hän ei aluksi kehtaa myöntää. Lauri kertoo sen opettelun jääneen aikoinaan isän kaltoinkohtelun vuoksi. Isä löi ja patisti häntä töihin, eikä lukemista tullut koskaan harjoiteltua. Ajokortin hän kertoo saaneensa kuin ihmeen kaupalla, mutta voivansa lukea vain yksittäisiä sanoja. Kotipalvelun työntekijät ovat lukeneet hänelle postitse tulleita kirjeitä ja muita tarpeellisia tekstejä. (Tutkimuspäiväkirja heinäkuu 2012)

Laurin lukutaidottomuus oli minulle yllätys, olinhan lähettänyt hänelle tutkimukseeni liittyviä kirjelmiä ja pro graduni, jota olin kuvitellut hänen lukeneen. Harrastuksia ja ajanviettotapoja tiedustellessani olin häneltä lukemisesta kysynyt jo ensimmäisellä tapaamisellamme, mutta tuolloin Lauri totesi katsovansa mieluummin televisiota, enkä osannut aavistaa, että kyse saattaisi olla muusta

kuin mieltymyksestä. Lauri on aina ollut innokas valokuvaaja ja hänen luonaan olemme myös yhdessä katsoneet valokuvia, mutta vasta myöhemmin ymmärsin valokuvauksen olevan Laurille tapa pitää kirjaa omasta elämästä, kerätä muistoja sen varrelta. Ilman tuota kahvihetkeä, löyhempää ja rennompaa nauhurin sulkemisen jälkeistä keskustelua (Virkola 2014, 91), tämä olisi jäänyt oivaltamatta.

Toisen aineistonkeruukierroksen jälkeen kirjoitin tutkimuspäiväkirjaani, että ”aineistoni olisi nyt tässä”. Mielessäni oli kyllä pyörinyt ajatus laadullisen aineistoni täydentämisestä niin, että haastattelisin vielä sellaisia ihmisiä, joita en aiemmin ollut tavannut. Edelleen mieltäni tuntui kaivertavan kysymys siitä, olisiko kymmenen ihmisen joukko liian pieni. Päiväkirjapohdinnoissani päädyin kuitenkin siihen, ettei uusien ihmisten haastatteleminen toisi lisäpontta tutkimukseeni vaan pikemminkin sekoittaisi sitä liiaksi, koska haastateltavani olin tavannut jo kahteen otteeseen ja aikaa ensimmäisistä tapaamisista oli kulunut jo tovi. Toisaalta pelkäsin analyysivaiheen olevan liian haastavaa jo olemassa olevien seuranta-aineistojen parissa, joten en rehellisesti sanottuna halunnut ajatella, että aineistoa olisi vielä entuudestaan täydennettävä. Ensimmäisen kierroksen keskustelujakin lukiessa huomasin aineistossa kohtia, joihin en ensimmäisessä analyysissä ollut syystä tai toisesta tarttunut. Tiesin aineiston olevan uudelleen analysoinnin tarpeessa, mutta sitä, mistä näkökulmasta haluaisin sitä tarkastella, en vielä tuossa vaiheessa osannut sanoa.

Laadullisen seurantatutkimuksen parissa tutkijalta on sekä edellytetty kykyä ajatella ja analysoida uudelleen että muuttaa näkökulmaansa (McLeod ja Thomson 2009). Julie McLeod (2003) toteaa laadullisen seurannan avaavan oivan näkymän perspektivismiin, tietoisuuteen erilaisten näkökulmien merkityksestä. Kun aikaa kuluu ja uutta aineistoa kertyy, tutkimusta tarkastellaan aina uudesta sijainnista ja usein hieman toisenlaisesta näkökulmasta. Tähän vaikuttavat niin käytössä olevat aineistot kuin ympäröivä tieteellinen keskustelu. Perspektiivisin tiedostaminen ei ainoastaan varoita ylianalysoimasta aineistoa tai liioittelemasta tuloksia vaan voi myös vapauttaa vahvoista teoreettisista ja poliittisistäkin agendoista, jos ja kun niiden huomaa menettäneen merkitystään ajan kuluessa. (McLeod ja Thomson 2009, 68.)

Toisen haastattelukierroksen jälkeen kipuilin näkökulman puutteessa, sillä olin kiinnostunut aikalailta kaikesta, mistä haastateltavat olivat minulle kertoneet. Ajattelin tekeväni tutkimusta yksinäisyyttä kokevien ikääntyvien arjesta ja vierastin pro gradu -tutkielmani jälkeenkin ajatusta, että lähtisin tutkimuksessani kehittämään uusia teoreettisia käsitteitä tai lähestymistapoja (Pajunen 2011, 40). Halusin vain kuvata heidän jokapäiväistä elämää sellaisena kuin se minulle näyttäytyy, mutta en oikein tiennyt mistä aloittaa ja minne lopettaa. Onpa arjen tavoittamisen huomautettu olevan tutkijalle erityisen vaikeaa, sillä

siihen sisältyy paljon itsestäänselvyyksiä ja rutiinien sisään rakentuneita sääntöjä, joita on usein hankala nähdä (Karisto 2010, 246). Arkea on kaikkialla, mutta ei oikeastaan missään (Felski 2000, 78).

Eräänlainen käännekohta tutkimuksenteossa tapahtui loppuvuodesta 2013 kun olin muutaman kuukauden tehnyt tutkimustani päätoimisesti. Aineistoa olin lukenut useaan otteeseen, koodannut satoihin eri koodeihin ja pähkäillyt katseeni suunnan kanssa. Samoihin aikoihin seurasin Helsingin Sanomien joulukalenteria, jossa julkaistiin vanhoja Kuukausiliitteen kirjoituksia, yhtenä Ilkka Malmbergin (2001) juttu nimeltään ”Kulkuri, joka löysi levon”²¹. Tutkimuspäiväkirjassani ihastelin tuolloin Malmbergin tapaa kuljettaa lukija asunnostaan muumioituneena löytyneen miehen elämään, etsien vastauksia siihen, miksi Reimaa ei ole kukaan kuuteen vuoteen kaivannut.

Huomaan miettiväni, voisiko näin käydä jollekin tutkimukseni ihmisistä. Todennäköisesti ei, sillä he eivät Reiman tavoin ole eristäytyneet ulkomaailmasta. Ehkä Reima ei edes ollut yksinäinen. Minua viehättää toimittajan tapa etsiä vastauksia Reiman elämänhistoriasta; pohdinta siitä, missä määrin menneisyyden tapahtumat ovat saattaneet vaikuttaa nykyhetkeen. Reimankin kohdalla äidin kuolema nuoruudessa tuntuu jättäneen pysyvät jäljet. Mietin, miten erilainen hänen elämänsä olisi ollut, jos äiti ei olisikaan tuolloin kuollut. (Tutkimuspäiväkirja jouluku 2013)

Minua kiehtoi sekä Reiman elämä että Malmbergin (2001) uteliaisuus kotoaan muumioituneena löytyneen miehen tarinaa kohtaan. Mietin, kuinka usein niin sanotusti tavallisten ihmisten elämäntarinat jäävät muilta piiloon, ja kuinka usein niin lehtijutuissa kuin tutkimuksissa tyydytään määrittelemään ihminen vaikkapa yksinäisyyden, sairauden, työttömyyden tai jonkin yksittäisen teon kautta. ”Tavallisen ihmisen määritelmä onkin ehkä juuri, ettei hän yksilönä jätä mitään jälkeensä, että hänen toiminnallaan ei ole historiallista ulottuvuutta, paitsi siinä arkisessa mielessä, että hän jättää jälkeensä lapsia, asunnon, muutakin omaisuutta, mahdollisesti jotakin työnsä näkyviä tuloksia, joista häntä muistetaan,” kirjoittaa J.P. Roos (1987, 11).

Reiman tarinan innoittamana aloin yhä enemmän pohtia yksinäisyyttä elämänkulun näkökulmasta. Jo ensimmäisellä haastattelukierroksella huomasin yksinäisyyden taustalla olevan paljon muutakin kuin ikääntymistä, olihan osa haastateltavista kertonut hyvin kaukaisista elämäntapahtumista yksinäisyyden

²¹ Myöhemmin huomasin, että Malmberg oli saanut jutustaan tutkivan journalismin Lumilapio -tunnustuspalkinnon samaisena vuonna. Perusteluissa katsottiin, että jutussa ”tutkiva journalismi ja kaunokirjalliset ansiot lyövät kättä harvinaisella tavalla” (Helsingin Sanomat 15.3.2001).

syitä pohtiessaan. Myös toinen kohtaaminen oli antanut vihjeitä siitä, että tämän hetkisen yksinäisyyden ymmärtämiseksi oli mentävä pintaa syvemmälle ja toisi-naan ajassa taaksepäin. Kevään edetessä näkökulmani alkoi tarkentua ja kiinnostuin yhä enemmän elämänkulututkimuksesta, jonka koin tarjoavan yksinäisyyden tutkimiseen jotain uutta: näkökulmaa, joka yksinäisyystutkimuksesta ja omasta tarkastelustani oli puuttunut. Ryhdyin lukemaan keräämääni aineis-toa uudestaan ja aloin myös suunnitella kolmatta haastattelukierrosta, jonka toivoin vahvistavan valitsemaani katseen suuntaa.

Koska edellisestä tapaamisesta oli kulunut lähes kaksi vuotta, olin toki jälleen kiinnostunut myös siitä, mitä kohtaamilleni ihmisille kuuluu. Aatoksen kanssa olin puhunut puhelimesta pariin otteeseen, mutta muista en ollut kuullut mitään.

Aatos on yrittänyt soittaa ja ennen kuin ehdin soittaa hänelle takaisin, soi puhelimeni uudestaan. Aatos kysyy: arvaa minne olen tänään menossa? Ensimmäisenä mieleeni tulee palvelutalo, mutta hän onkin menossa tansseihin. Edellisenä päivänä Aatos on käynyt asioilla tutun tak-sikuskinkin kanssa ja ehdottanut täksi illaksi reissua paikalliselle seurantalolle harmonikkatansseihin. Kuljettaja on kertonut olevansa vapaalla ja luvannut lähteä käyttämään Aatosta. Hän on tulossa hakemaan ilta- kahdeksan aikoihin. Paluu on ennen puolta yötä, kymmeneltä on naisten haku. Matkaa seurantalolle on kolmisenkymmentä kilometriä. Tanssia Aatos ei aio, mutta istuskella musiikista nautiskellen. Silmän- ruokaakin kuulemma on. Aatos kertoo voineensa eilen ja tänään paljon paremmin kuin pitkään aikaan, joten mieleen oli tullut, että nyt tarttis jotain tehdä ja jossain pitäisi päästä käymään. Ennen iltaa pitää vielä siistittyä. Maanantaina on sitten saunapäivä, jolloin tämänkin illan hiet saa pestyä pois. Päätän soittaa Aatokselle seuraavalla viikolla ja kysyä, miten tansseissa meni. (Tutkimuspäiväkirja heinäkuu 2012)

Kolmatta haastattelukierrosta suunnitellessani pohdin ottavani Wrede-Jäntin (2010) tavoin yhteyttä vain muutamiiin haastateltaviin, mutta avainhenkilöiden valitseminen ei osoittautunut helpoksi. En pystynyt ratkaisemaan ketkä jättäisin uusintahaastatteluiden ulkopuolelle. Olisiko se joku, jonka kanssa olimme puhuneet lähes samoista asioista toisellakin kerralla ja jonka yksinäisyydessä ei ollut tapahtunut suuria muutoksia? Entäpä jos juuri tämä kolmas kerta olisi se, jossa avautuisi jotain aivan uutta? Yhtäläisyyksien ja eroavaisuuksien avulla en myöskään osannut pois sulkea ketään, sillä jokaisen tarina oli ollut omanlaisensa (vrt. Wrede-Jäntti 2010). Muutoksia ihmisten elämässä tulee aina tapah-

tumaan, mutta sitä mikä on niiden merkitys tutkimuksen kannalta, on tutkijankaan vaikea ennalta aavistaa (McLeod ja Thomson 2009). Niinpä päätin ottaa yhteyttä heihin kaikkiin ja katsoa, mihin se johtaa.

4.3 Kolmas kohtaaminen

Toukokuussa 2014 aloitin kolmannen soittokierroksen Heikistä. Puhelimessa Heikki kuulosti ilahtuneelta ja kysyi heti ensimmäisenä, millaista jälkikasvua minulla on. Ilmeisesti hän muisti kasvaneen vatsani viime kerralta, vaikkei asiasta oltu ääneen puhuttu. Kerroin kuulumisiani ja kyselin hänen. Sovimme tapaamisen muutaman päivän päähän ja ehdotin, että voisimme käydä ulkona kävelemässäkin, jos sää sallii. Puhelimessa Heikki kysyi, otanko lapset mukaan, mutta kerroin olevani muutenkin liikkeellä työasioissa ja haluavani haastatella häntä tutkimukseeni liittyen²². Heikki totesi odottavansa tapaamistamme innolla, sillä vieraita ei viimekään aikoina ollut paljoa käynyt.

Heikin jälkeen soitin Aatokselle. Alkuun minusta tuntui että Aatos ei muistanut minua, mutta kyse taisi enemminkin olla siitä, ettei hän kuullut hyvin puhelimessa. Kerroin pariin otteeseen kuka olen ja milloin olemme tavanneet. Pian Aatoskin oli jo tilanteen tasalla ja kertoi olevansa nyt terveyskeskuksen vuodeosastolla. Oli kuulemma ollut siellä enemmän tai vähemmän edelliskesästä saakka. Vierustoverilta hän pahoitteli, että hetken jutustelee kanssani. Alkuun pohdin mielessäni, ettei tapaamista kannata sopia sairaalaan, mutta puhelun edetessä tulin toisiin aatoksiin. Miksipä ei? Eikö terveyskeskuksen vuodeosasto ole juuri sellainen paikka, jossa seuraa eniten kaipaava? Ja onhan vuodeosasto nyt Aatoksen asuinpaikka, kirjoitin tutkimuspäiväkirjaani. Ajattelin tämän olevan hyvä esimerkki siitä, millaisia tilanteita seurantalutkimuksen parissa kohtaa. Tutkijana seuraan ihmisten muuttuvia elämäntilanteita ja pysyn heidän mukanaan, vaikka heidän vointinsa ja asuinpaikkansa eivät pysyisikään ennallaan. Puhelimessa Aatos totesi, että hänestä olisi mukava tavata ja jutella, joten sovimme, että menen häntä tapaamaan seuraavana lauantaina. Kahviota terveyskeskuksella ei Aatoksen mukaan ollut, mutta ehdotin, että voisimme kuitenkin ”käppäillä” lähistöllä ja liikkua sairaalan alueella, jos hän jaksaa.

²² Seuraavana kesänä kyläilin Heikin luona lasten ja puolisoni kanssa, sillä minua oli jäänyt mietityttämään Heikin toive siitä, että ottaisin lapset mukaan. Tuolloin tutkimukseni oli lähes valmis ja nautin siitä, että sain tavata hänet tutkijan roolini ulkopuolella sekä esitellä perheeni, josta hän oli aiemmin kysellyt.

Kolmantena soitin Laurille. Myös hän muisti minut hyvin ja ilahtui siitä, että ehdotin jälleen uutta tapaamista. Kotihoitaja oli käymässä ja Lauri halusi varmistaa, ettei ehdottamalleni päivälle ollut sovittuna mitään. Kuulin keskustelun taustalta. Kotihoitaja selitti, että on vain tuuramassa, eikä tiedä aikatauluja. Lauri halusi vahvistuksen sille että voin tulla käymään, mutta kotihoitaja ehdotti, että Lauri ottaisi numeroni ylös ja ilmoittaisi minulle myöhemmin. Lauria asia selvästi harmitti, sillä hän halusi varmistaa tapaamisemme saman tien. Pienen keskustelun jälkeen kotihoitaja onneksi kehotti pyytämään vieraan kylään silloin kun Laurille itselleen sopii. Sovimme, että menen hänen luokseen aamu-tuimaan ja että jatkaisimme siitä kävelen johonkin kahvilaan.

”Hyvä fiilis”, kirjoitin tutkimuspäiväkirjaani toukokuisen soittokierroksen jälkeen. Olin innoissani siitä, että saan tavata haastateltaviani uudestaan ja ehkä hieman yllättynyt, että puhelimesta keskustelumme ikään kuin jatkuivat siitä, mihin lähes kaksi vuotta sitten jäimme. Mietin jo sen olevan saavutus, että tavoitin heidät kolme, sillä toisinkin olisi voinut käydä. Muihin en vielä tuolloin ollut yhteydessä, sillä välimatkat olivat pitkiä ja haastatteluajankohdat oli rytmittävä oman arjen lomaan. Mietin kuinka paljon helpompaa olisi sopia tapaaminen useamman kuukauden päähän, mutta tutkimukseni ihmisten näkökulmasta se olisi kohtuutonta. Nähdään, jos täällä vielä ollaan, totesi Heikki joka kerta puhelimesta kun sovimme tapaamisen muutaman päivän päähän. Aikakäsityksemme oli jo väistämättä hyvin erilainen (Ylijoki 2014; Tiilikainen ja Karisto 2016).

Kesäkuussa aloitin uuden soittokierroksen ja otin yhteyttä Pauliin, Anneliin ja Olaviin. Anneli vastasi lankapuhelimesta. En ollut muistanut, että kännykkä on hänellä käytössä vain reissunpäällä ollessa. Puhelimesta Anneli kertoi muutaneensa uudelle paikkakunnalle, mistä tiesin hänen haaveilleen jo silloin kun edellisen kerran tapasimme. Sovimme, että menen käymään hänen luonaan seuraavalla viikolla. Puhelimesta Anneli antoi tarkkoja reittiohjeita ja kertoi, että yksi muuttolaatikko on vielä purkamatta. Muutto oli tapahtunut alle kuukausi sitten, joten mielestäni hän oli ollut varsin tehokas. Naapureihin Anneli ei ollut vielä ehtinyt tutustua, mutta oli selvittänyt, että paikallisella seurakunnalla on jotain tapahtumia tiedossa, vaikka kesä tulisi muuten olemaan hiljaista aikaa.

Annelin jälkeen soitin Paulille, joka kertoi olevansa melko huonossa kunnossa, sairauksien vaivaavan entistä enemmän. Entisessä talossaan Pauli kuitenkin asui ja pyysi minut sinne, mistä olin yllättynyt, sillä aiemmin olemme tavanneet vain työpaikkani toimistolla. Mietin kutsun olevan eräänlainen työvoitto. Jonkinlainen muuri lienee vasta nyt murtunut tai sitten hänen kuntonsa on jo mennyt niin huonoksi, ettei kotoa ole helppo lähteä. Se jää nähtäväksi, pohdin päiväkirjassani. Myös Olavin sain kiinni ensimmäisellä soitolla. Hetken muistuttelun jälkeen aiemmat tapaamisemme tuntuivat palaavan mieleen,

mutta aivan varma en puhelun loputtuakaan ollut, muistiko Olavi oikeasti minua. Hän kuitenkin ehdotti, että tapaisimme hänen kotonaan, joten epäilyttävältä en liene kuulostanut. Aiemmin olimme nähneet vain toimistolla, joten jälleen iloitsin siitä, että tapaisimme uudenlaisessa ympäristössä. Ehkä jo se toisi jotain uutta tullessaan.

Aineiston keruun kolmannessa vaiheessa tapaamisten ulkopuolelle jäivät Helmi ja Eini. Helmiä en koskaan tavoittanut, sillä hänen puhelinnumeronsa ei ollut käytössä. Vuonna 2012 Helmi ei ollut enää vastannut Ikihyvä-kyselyynkään. Einin osalta tilanne oli toisenlainen. Kolmatta kohtaamista suunniteltessani päätin olla ensiksi yhteydessä Einin miniään, jonka kanssa olin pari vuotta aikaisemmin vaihtanut sähköpostiviestejä. Kerroin tutkimukseni etenemisestä ja siitä, että olin tavannut osaa tutkimukseni ihmisistä kolmannen kerran. Tiedustelin häneltä Einin vointia ja omaisten mielipidettä siihen, olisiko Eini valmis jatkamaan tutkimuksessa. Keväällä 2014 vaihdoimme muutaman sähköpostiviestin, joissa miniä kertoi Einin muistisairauden edenneen jo varsin pitkälle. Eini oli saanut päätöksen oikeudesta palveluasumiseen, mutta koska paikkaa ei ollut tarjolla, Eini asui edelleen yksin kotihoidon turvin. Poika ja miniö soittivat Einille päivittäin, mutta hän ei useinkaan tiedä onko aamu vai ilta. Valokuvista Eini ei aina enää tunnista lapsenlapsiaan ja kertoilee kaupassa käynneistä ja muista asioinneista, joita ei todellisuudessa ole tapahtunut vuosiin. Miniän mukaan käyntini ei Einia ahdistaisi ja hän unohtaisi sen todennäköisesti hetkessä, mutta sisäänpääsy voisi olla vaikeaa, sillä Eini nukkuu hyvin suuren osan vuorokaudesta. ”Alakulo ja masennus ovat olleet läsnä sairauden edetessä, nykyisin lähinnä välinpitämättömyys”, miniä totesi viestissään.

Päätös Einin jättämisestä kolmannen haastattelukierroksen ulkopuolelle ei ollut minulle helppo. Olinhan ajatellut olevani tutkija, joka pysyy kohtaamiensa ihmisten matkassa, vaikka heidän elämäntilanteensa muuttuisivat. Muistisairaus olisi oletettavasti yksi osa tuota muutosta kun tutkimuskohteena olivat ikääntyvät ihmiset, ja olihan Elisa Virkola (2014) korostanut muistisairaiden ihmisten olevan yksi yhteiskunnan marginaalissa olevista ihmisryhmistä, minkä vuoksi heidän äänensä kuulumista tulisi tutkimuksessa aktiivisesti edistää. Kysymyksen ei tulisi olla, voivatko muistisairaat ihmiset osallistua tutkimukseen, vaan sen sijaan olisi mietittävä, miten se on tehtävä (mt., 39). Mahdollisesta yksinäisyyden kokemuksestaan Eini olisi varmasti osannut ja halunnut kertoa, mutta ratkaisuni tein sekä Einin miniän lähettämän viestin, että valitsemani näkökulman perusteella. Koska katseeni oli siirtynyt arjesta elämänkulkuun ja halusin kolmannella kohtaamisella ennen kaikkea syventää ymmärrystäni tutkimukseni ihmisten elämänkulusta, josta Eini oli varsin perusteellisesti kertonut kahdella ensimmäisellä tapaamisellamme, päädyin siihen, ettei kolmas kohtaaminen toisi aineistooni uusia aineksia.

Myös tutkimusvuosien välillä tapahtuneiden muutosten tavoittamisen ajattelun olevan vaikeaa, jopa mahdotonta, sillä minin mukaan Einillä oli jo tapana kertoa asioista, joita todellisuudessa ei ollut pitkiin aikoihin tapahtunut. Muistisairaudesta emme Einin kanssa puhuneet sanallakaan niinä kertoina kuin tapasimme, joten siihen liittyvät kysymykset tarkasteluni ulkopuolelle, sillä en osaa sanoa, millaisia kokemuksia siihen Einin näkökulmasta liittyy. Einin kuten myös muiden haastateltavieni muistivaikeudet ovat toki edellyttäneet erityistä sensitiivisyyttä itse haastattelutilanteissa (Virkola 2014, 38–40). Kenenkään en ole pyytänyt muistelemaan asioita, joita he eivät selvästikään pysty muistamaan, ja olen pyrkinyt siihen, että keskustelu on edennyt heidän ehdoillaan.

Ennen kolmatta haastattelukierrosta olin tutustunut Virkolan (2014) väitöskirjaan ja hänen tapaansa olla kenttätutuksessa. Virkola kirjoittaa naisten kodeissa käytyjen keskustelujen olleen alusta alkaen kenttätutuksen keskeisin muoto, mutta pyrkineensä myös havainnoimaan arkista toimintaa kodin ulkopuolella. Hän kertoo olleensa sekä osallistumaton että osallistuva havainnoija; tutkijaa käytettiin arjessa hyödyksi pienissä asioissa, kuten seurana pankkiautomaatille ja kauppakassin kantajana. (Mt., 69–71.) Koska näkökulmani oli siirtynyt arjesta elämäntapaan, en Virkolan tavoin pitänyt tarpeellisena havainnoida perusteellisesti kohtaamieni ihmisten arkea, mutta minua viehätti ajatus siitä, että voisin sen avulla syventää keskustelujamme ja tutustua heidän elämäänsä entistä paremmin. Päädyin siis ehdottamaan, että voisimme mahdollisuuksien mukaan käydä vaikka kävelyllä. Paineita en asian suhteen halunnut antaa tai ottaa, joten päätin antaa kolmansienkin kohtaamisten kulkea omalla painollaan. Voisihan olla, että istuisimme kuitenkin mieluiten kahvikupin äärellä keskustelemassa tai ettei kukaan haluaisi lähteä minun kanssa minnekään.

Lopulta päädyin käymään kodin ulkopuolella Heikin, Annelin ja Laurin kanssa. Aatoksenhan tapasin terveyskeskuksen vuodeosastolla ja siellä liikuimme hänen huoneensa ja aulan välillä, joten eräänlaista kävellen tehtyä haastattelua (Kusenbach 2003) sekin. Olavin ja Paulin kanssa kotoa lähteminen ei tuntunut luontevalta, sillä olin vasta ensimmäistä kertaa heidän luonaan käymässä. Käytimme yhteisen aikamme pöydän ääressä juttelemiseen, enkä lopulta ehdottanut lähtemistä muualle, vaikka puhelimesta olin asiasta maininnut. Paulin kanssa joimme limpparia ja söimme mustikkaleivokset keittiöpöydän ääressä. Olavin kanssa istuimme lähes liikkumatta olohuoneessa, enkä kehdannut kurkata muihin huoneisiin. Tutkijana olin jo luontevampi ja tottuneempi, mutta ensimmäinen kerta toisen kodissa todella tuntui ensimmäiseltä kerralta, vaikka kohtasimme jo kolmannen kerran.

Toisin kuin Olavin, Heikin tapasin joka kerta hänen kotonaan. Kolmannella kerralla vietin Heikin luona noin kaksi ja puoli tuntia, alkuun kahvitellen keittiössä, sitten jutellen olohuoneessa ja lopuksi lyhyesti ulkoillen, vaikka sää ei

meitä suosinut. Heikin kotona kuljin jo varsin vapautuneesti huoneesta toiseen, enkä jännittänyt jokaista liikettäni. Minusta tuntui, että sain vapaasti katsella valokuvia ja ympärillä olevia tavaroita. Ihastelin Heikin puuhastelua keittiössä, jälleen kerran tarjolla oli itse tehtyä mustikkapiirakkaa. Autoin etsimään kirjahyllystä ja kansiodien joukosta yhteenvetoa Ikihyvän mittaustuloksista, jonka Heikki olisi halunnut minulle näyttää. Oikea mappi jäi kuitenkin löytymättä. Vakuuttelin lippahatun olevan sopiva valinta ulkoiluamme ja yritin pysytellä hänen tahdissaan mutkikkaalla ja puiden juurista liukkaalla polulla. Kun käännyn autollani pihapiiristä pois päin, näin Heikin takapeilistä. Jälleen kerran hän halusi varmistaa, että pääsen turvallisesti kääntymään isolle tielle.

Aatoksen kanssa puhuimme kolmannella kerralla paljon kuolemasta, minkä suhteen olin arkaillut aiemmin (Pajunen 2011, 104). Taisin ajatella olevani vieraantunut kuolemasta ja sen vuoksi kykenemätön siitä puhumaan (Hakola, Kivistö ja Mäkinen 2014, 14). Ehkä myös pelkäsin kuulevani sellaista, jota en olisi ollut valmis vastaanottamaan, onhan kuolemaa pidetty myös yhtenä ratkaisuna yksinäisyyteen (Saari 2010, 197). Peloistani ja epävarmuudestani huolimatta keskustelu kuolemasta tuntui lopulta luontevalta ja tunsin sen myötä olevani entistä lähempänä Aatosta ja hänen elämäänsä. Istuimme vierekkäin terveyskeskuksen vuodeosaston aulassa, syöden kettukarkkeja ja puhuen kuolemasta. Olisi mukava, jos minulle järjestettäisiin pieni ja intiimi muistotilaisuus, Aatos kertoi rauhalliseen ääneen kun taustalla pyöri lauantainen lastenelokuva.

Haastatteluympäristönä terveyskeskus oli hyvin toisenlainen kuin toimisto tai koti. Läsä oli myös muita ihmisiä ja jouduin tasapainoilemaan eettisen kohtaamisen ja sairaalan käytäntöjen välissä. Erityisen vaikealta tuntui lähdön hetki, mistä kirjoitin tutkimuspäiväkirjaani:

Ennen kuin Aatos lähtee saattamaan minua ovelle, halaamme ja hän kiittelee kovasti siitä, että tulin taas käymään. Kettukarkit hän toivoo minun vievän pojilleni. Osastolta pääse ulos vain koodin avulla, joten joudun pyytämään sen hoitajilta. Aatos lähtee saatille ja hoitajat ehtivät huolestua, että hän on lähdössä mukaan. Huikkaan pitäväni huolen siitä, ettei näin käy. Minua nolottaa se, että joudun estelemään Aatoksen lähtöä. Ei hän olisi tulossakaan, haluaa vain katsoa, että pääsen ongelmitta ulos, mietin mielessäni. Silti joudun olemaan ikäänkuin portin vartijana, laittamaan oven ripeästi kiinni ja sujahtamaan parkkipaikalle. Se jää minua hävettämään. Illalla Aatos soittaa olenko päässyt perille ja miten matka on mennyt. Kello on jo yli kahdeksan ja kotona täysi nukkumaanmenotouhu meneillään, joten vaihdamme vain pikaisesti muutaman sanan, kiittelemme toisiamme. (Tutkimuspäiväkirja kesäkuu 2014)

Paulin tapasin kolmannen kerran ensimmäistä kertaa hänen kotonaan. Asioita on vaikea saada sanotuksi, vaikka paljon olisi mielessä, Pauli oli todennut kahden edellisen tapaamisemme päätteeksi, ja mieltäni oli monin tavoin vaivannut se, miten voisin tukea Paulia elämäntarinansa kertomisessa. Olin myös etsinyt tietoa kirjoituskursseista, sillä Pauli oli kertonut haaveilevansa elämänvaiheidensa kirjoittamisesta paperille, mutta tuskaili itse aikaansaamattomuuttaan. Kahden ensimmäisen kohtaamisen jälkeen en välttynyt keskeneräisyyden ja toisaalta myös epäonnistumisen tunteelta, aivan kuin jokin asia olisi jäänyt puuttumaan, mutta en saanut kiinni siitä, mitä se voisi olla. Kolmannen tapaamisemme jälkeen kirjoitin tutkimuspäiväkirjaani:

Paulin kanssa jutteleminen tuntuu paljon helpommalta kuin ennen, vaikka hän on edelleen melko hiljainen tai enemminkin sellainen tuumaileva. Hän selvästi miettii kauan ennen kuin avaa suunsa, toisin kuin minä. Ensimmäisellä kerralla en ehkä osannut antaa hänelle tilaa pohdita ja miettiä ja kiirehdin täyttämään hiljaisia hetkiä. Aiemmin keskustelut ovat edenneet hieman eri tavoin, usein juttelemme pitkään kaikesta muusta arjesta, sukulaisista ja kaupassakäynnistä kunnes siirrymme vaikeisiin asioihin. Nyt olemme jo ensimmäisen puolen tunnin aikana puhuneet puolison ja äidin kuolemasta. Puhuminen näistä asioista tuntuu olevan helpompaa, eivätkä sanat enää tartu kurkkuun kuten aiemmin. (Tutkimuspäiväkirja kesäkuu 2014)

Muistan jännittäneeni Paulin tapaamisia kaikkein eniten, sillä hän oli keskusteluidemme aikana melko alavireinen ja surumielinen, ja olin epävarma taidoitani näissä tilanteissa. Mietin osasinko lohduttaa oikealla tavalla, riittikö läsnäolo ja kuunteleminen vai olisiko minun sittenkin pitänyt sanoa tai tehdä jotain muuta. Tutkimuskeskusteluissa vaikuttavat aina psyykkiset puolustusmekanismit, jolloin liian ahdistavat asiat saatetaan sulkea tietoisuudesta pois tai niistä puhutaan etäännyttävästi symbolisin termein (Honkasalo 1988, 135–139). Myös tutkija itse voi tarkoittamattaan olla kerronnan syvenemisen esteenä ja etäännyttää kömpelöillä ja ymmärtämättömillä kysymyksillä haastateltavaa hänelle tärkeistä asioista, joita hän on hiljalleen ollut lähestymässä. (Granfelt 1998, 38.) Pyrkimyksessään vaalia hienotunteisuutta tutkija voi mennä jopa liian pitkälle niin, ettei kykene innostamaan ja rohkaisemaan haastateltavaa kerronnan syventämiseen (mt., 41).

Paulin kanssa olin epävarmin itsestäni, mutta näin jälkikäteen minusta tuntuu, ettei hän ollut epävarma minun suhteeni. Jo ensimmäisellä kohtaamisella

Pauli totesi kertoneensa elämästään asioita, joita ei ollut lapsilleen ja lapsenlapsilleen puhunut, mutta olin niin keskittynyt hiljaisiin hetkiin, etten ollut sitä oikeastaan kuullut. Jokin oli kuitenkin muuttunut kolmannella tapaamisellamme, sillä tunnelma oli vapautuneempi ja keskustelevampi kuin koskaan aiemmin. Olin oppinut kuuntelemaan. Hiljaiset hetket eivät enää vaivanneet minua. Jos sain määrin opin jopa nauttimaan niistä ja ”olemuksellani puhumisesta” (Moi-
lanen 1987, 37).

Elisa: Sinulla on sitten omasta äidistä lempeitä muistoja?

Pauli: No joo.

Kellontikitystä muutama sek.

Pauli: [katsoo ikkunasta] Naapuri leikkas mun aidan, saa nähdä tuleeko se nyt leikkamaan.

Kellontikitystä 18 sek.

Elisa: Tässä on iso piha sinulla.

Kellontikitystä 26 sek.

Pauli: Mitäs sitte?

Kellontikitystä muutama sek.

Pauli: Sitte taas kun oli armeijasta tullu, oli taas yksin. Siellä ei ollu ketään. Ei ketään.

[Kesäkuu 2014]

Myös Laurin tapasin aina hänen kotonaan. Kolmannella tapaamiskerralla jatkoimme tunnin jutustelun jälkeen läheiseen kahvilaan. Joimme kahvit ja söimme korvapuustin puoliksi, kuljimme välillä käskynkkää, ja tyylikkäästi lie-
rihattuun pukeutunut Lauri naureskeli, että jo oli aikakin, että hänen käsipuollessaan nähtäisiin naispuolinen henkilö. Tapaamiseemme olin varannut runsaat kaksi tuntia, minkä olin ajattelut ongelmitta riittävän, sillä aiemmin olin lähtenyt Laurin luota noin tunnin keskustelun jälkeen. Kahvilareissulla huomasin kuitenkin Laurin harmittelevan, että minun pitäisi niin pian lähteä, mitä en yhtään osannut aavistaa, sillä aiemmin olin iloinnut siitä, että juttua oli irronnut tunninkin verran. Lauri ei ollut kovin puhelias ja huomasin usein vieväni keskustelua häntä enemmän. Laurin harmitus yhteisen aikamme loppumisesta vai-
vasi minua, sillä olin tyhmyyttäni täyttänyt kalenterini loppupäivälle. Tein nopean päätöksen ja ehdotin, että tulisin hänen luokseen uudestaan seuraavana päivänä, sillä olisin vielä tuolloin maisemissa. Saatoin Laurin kotiovelle ja pyysin

häntä miettimään, olisiko mielessä vielä asioita, joita hän haluaisi yksinäisyyden näkökulmasta pohtia. Seuraavana päivänä suuntasin jälleen hänen kotiinsa eli tapasin Laurin haastateltavistani ainoana neljännen kerran.

Viimeinen kohtaaminen Laurin kanssa osoittautui tutkimukseni kannalta merkityksellisemmäksi kuin osasin aavistaa. Aamulla mietin, millaisista asioista mahdamme tänään puhua ja arvelin kyseen olevan ennen kaikkea siitä, että Lauri kaipasi juttuseuraa ihan muuten vain. En odottanut uusien asioiden esiin tulemista, mutta halusin kohteliaisuudesta käydä vielä hänen luonaan kun ker-
ran siihen oli mahdollisuus. *Yhen asian minä kyllä muistan, mutta elä naura. En miä tiä naurattaako se. Kyllä minä tiän, että se jäi pois, mutta mie en tiä onko se sopivaa puhua seksistä. Ja romansseista. Ne jäi pois. Niissä olis kyllä puhumista. On joutunu vähän seikkailemaan. Joskus joutunu vähän vaikeuksiin*, Lauri aloitti keskustelumme, joka alkoi valokuvien katselusta.

Alkuun Lauri on jälleen aika hiljainen, en tiedä jännittääkö hän nauhuria vai mikä on mielessä. Pöydälle hän on nostanut valmiiksi esiin valokuvia, joista aiemmin oli puhe. Ne helpottavat keskustelun etenemistä, ja tunnelma taas rentoutuu. Kuvia on muun muassa ystävän syntymäpäiväjuhlista. Selaamme myös albumia, johon Lauri on poiminut kuvia sieltä täältä, matkoilta ja omasta kodista. Yhden matkakuvan kohdalla Lauri selostaa tarkemmin. Kuvassa näkyy satamassa kelluva rakennus. Se on bordelli, hän kertoo. Ilotytöt ovat kuulemma naureskelleet, että talo saattaa keikkuessa kaatua. Lauri toteaa ystävänsä houkutelleen sinne, mutta 500 markkaa oli ollut liikaa.

Hetken päästä Lauri kertoo käyneensä aamulla kaupassa ostamassa leivonnaisia ja kysyy sopiiko kahvittelu. Kahvinkeiton lomassa hän pohdiskelee, ettei muista mitä on ollut mielessä ja mistä haluaisi puhua. Viimein hän saa kysyttyä, voiko minun kanssa seksistä ja romansseista puhua. Niiden osalta hän kertoo joutuneensa hankaluuksiin. Vähitellen Lauri alkaa kertoa minulle kokemastaan hyväksikäytöstä, omaan seksuaalisuuteensa liittyvistä asioista ja asioista, joita hän on itse tehnyt. Kuulemani asiat ovat hurjia ja inhottaviakin, mutta en usko sen näkyneen minusta. En halua, että Laurille tulee tunne, ettei näistä asioista voisi puhua. Moni asia loksahdaa päässäni paikoilleen, Laurin nuorena poikana kokema seksuaalinen hyväksikäyttö on jättänyt häneen pysyvät jäljet. (Tutkimuspäiväkirja toukokuu 2014)

Laurin neljäs tapaaminen oli kaikkea muuta kuin helppo, ja täytyy myöntää, että vaikka se oli tutkimuksellisesti merkittävä, oli se myös tutkimusprosessini vaikein kohtaaminen. Ei vain siksi, että kuulin asioista, joita Laurille oli nuorena poikana tapahtunut vaan ennen kaikkea siksi, että tapaamisemme tunnelma oli muuttunut jännittyneeksi ja jollain tapaa seksuaalisesti virittyneeksi. Yritin hienovaraisesti siirtää keskustelua muihin teemoihin, sillä huomasin itse hermostuvani. Olinko ylittänyt jonkun rajan, antanut vääränlaisia viestejä, mietin mielessäni, Lauri kun vitsaili saunan lauteilla olevan kiva köllötellä ja taputti takapuolelleni kun jätimme hyvästejä. Lähdettyäni hänen luotaan istahdin tien varressa odottavaan autooni tunnemyllerryksen vallassa. ”Mielessäni pyörii käymämme keskustelut, se miten palaset loksahdivat monilta osin kohdalleen, suru siitä, millaiset jäljet hyväksikäyttö on jättänyt, hermostuneisuus siitä, millaiseen tilanteeseen olin itseni laittanut, samanaikaisesti sekä valtava ymmärrys Lauria kohtaan että inho. Olen siis ymmälläni”, kirjoitin tutkimuspäiväkirjaani.

Martti Lindqvist (1992) korostaa ihmisellä olevan tarve tulla nähdyksi juuri silloin kun hän on hauraimmillaan ja kaikkein avuttomin, myös moraalisessa särkyneisyydessään. Myös Hurtig ja Laitinen (2002, 194) muistuttavat toisen ihmisen kertoman voivan järkyttää ja ahdistaa, mutta moraalisesti ja eettisesti sensitiivisen työn edellyttävän kuitenkin sitä, ettei pakene omaa ahdistusta ja jätä vääriin tilanteisiin joutunutta yksin syyllisyytensä ja neuvottomuutensa kanssa. Näin uskon toimineeni Laurin kanssa, kuten ylläoleva katkelma tutkimuspäiväkirjastani paljastaa. Jälkikäteen kuitenkin mietin, olisinko jatkanut haastattelujen tekemistä, jos sama olisi tapahtunut kun ensimmäisen kerran tapasimme. Todennäköisesti kynnys suunnata Laurin luokse uudestaan olisi ollut liian suuri.²³ Vaikka koin valmistautuneeni haastateltavien kanssa keskusteluihin hyvin, en ollut valmistautunut niihin ristiriitaisiin tunteisiin, joita hänen kanssaan koin. Aitoon, herkkään ja empaattiseen kohtaamiseen (Laitinen 2004, 304) olen kuitenkin kaikkien kanssa ja kaikissa tilanteissa pyrkinyt, omista tunnemyllerryksistäni huolimatta.

Laurin jälkeen tapasin vielä Annelin. Tällä kertaa Annelin uudessa asunnossa, johon hän oli muuttanut vain viikkoja aikaisemmin. Keskustelun ja kahvittelun päätteeksi teimme pienen kävelylenkin uudessa naapurustossa ja lompasimme yhdessä linja-autopysäkillä, jonne Anneli minut sateesta huolimatta ystävällisesti saattoi. Keskustelut Annelin kanssa olivat hyvin omanlaisiaan, Heikin tavoin niihin mahtui paljon puhetta, mutta enemmän väljempää arkipuhetta. Keskustelimme usein esimerkiksi lääkärikäynneistä ja arjen askareista,

²³ Myös Lauriin olen ollut yhteydessä viimeisen kohtaamisemme jälkeen. Kuukausi tapaamisemme jälkeen hän soitti kysyäkseni kuulumisiani ja tuolloin juttelimme tovin puhelimesta. Joulukseni olen häntäkin muistanut.

mutta Anneli ei juuri oma-aloitteisesti kertonut yksinäisyyteen liittyvistä kokemuksista, ja huomasin usein pohtivani olenko liian tungetteleva, jos nyt kysyn näin tai näin. Aika ajoin minusta tuntui, että keskustelumme kiersi ympyrää, jonka keskellä olivat ne asiat, joista ei puhuttu. Näitä olivat esimerkiksi Annelin kumppanittomuus ja masennus, joista hän mainitsi vain ohimennen. Halusin keskustelun kulkevan hänen ehdoillaan, joten olin ehkä liiankin varovainen tarkentavien kysymysten esittämisessä.

Toisella tapaamiskerralla keskustelimme pidempään Annelin lapsuudesta ja äidin sairastumiseen liittyvistä huolista ja niihin yritin tarttua kolmannellakin kerralla. Olin ajatellut kolmannen kohtaamisen olevan mahdollisuus päästä entistä syvemmälle niin näihin teemoihin kuten myös parisuhteettomuuteen, mutta lopulta päädyimme lähinnä käymään läpi mitä viime tapaamisemme jälkeen on tapahtunut. Siihen oli toki mahtunut paljon asioita, kuten mökin myynti ja muutto uudelle paikkakunnalle, joissa riitti juteltavaa. Varovaisen määrätietoisesti yritin vielä keskustelumme lopuksi ottaa esiin asioita, joihin kaipasin vielä vastauksia, siinä kuitenkin onnistumatta.

Nykyhetkestä tuntuu olevan mukavampi puhua ja kovin vakavia aiheita Anneli ei ota helposti esille. Kysyn Annelilta, onko hän aina asunut yksin ja siihen vastattuaan hän siirtyy saman tien kertomaan kuinka muuttaminen on ollut helppoa kun on vain yhden ihmisen tavarat. Lapsettomuudestakin hieman kyselen, mutta puhe siirtyy enemmän muihin kuin häneen itseensä. (Tutkimuspäiväkirja kesäkuu 2014)

Molly Andrews (1991, 61) mukaan on tutkijan vastuulla, että haastattelutilanteesta muotoutuu ympäristö, jossa haastateltava kokee voivansa vapaasti haastata esitettyjä kysymyksiä ja tutkijan tekemiä olettamuksia. Haastattelijana on oltava valmis kohtaamaan tilanteita, joissa haastateltava torjuu suorankin kysymyksen, vaikka tuntosarvet olisivat olleet koholla sanallisten ja sanattomien vihjeiden suhteen (mt.). En halunnut painostaa, urkkia tai udella (Granfelt 1998, 40), ja Anneli veti selkeän rajan siihen, mistä asioista halusi kasvotusten puhua. Ennen kolmatta kohtaamistamme olin lukenut hänen vastauksiaan vuoden 2012 Ikihyväkyselyn lomakkeesta. ”Parasta mitä lähivuosina voisi tapahtua olisi miesystävän löytyminen. Mökillä olisi kiva olla, jos olisi muutakin seuraa kuin linut”, Anneli kirjoitti. Keskustelumme jälkeen jäin pohtimaan onnellisuusmuuria, ehkä se jossain määrin sittenkin oli ollut edessäni Annelin kohdalla. Tiesin kohtaamistemme olleen antoisia hänelle, ja sitä ne olivat myös minulle, mutta Annelin tapauksessa uskon lomakkeiden olevan kirkkaampi ikkuna hänen elämänsä. Lomakevastaukset sisälsivät paljon sellaista tietoa, jota Anneli ei mi-

nulle ääneen kertonut. Osa asioista jäi siis kohtaamisissa piiloon, minkä tiedostan. Ilman erilaisten aineistojen hyödyntämistä asia olisi kuitenkin jäänyt pimentoon.

Laadulliselle seurantatutkimukselle ominaisena piirteenä on pidetty tiettyä määrittelemättömyyttä ja avoimuutta (*engl.* open-ended character), jonka myötä tutkijan voi olla vaikea päättää minne ja mihin tutkimuksensa päättää (McLeod ja Thomson 2009, 68). Annelin tapaaminen kesäkuussa 2014 jäi tutkimukseni viimeiseksi. Päätös aineiston keruun lopettamisesta kypsyi pikkuhiljaa kevään aikana samalla kun tein kolmatta haastattelukierrosta. Vaikka kysymys saturaatiopisteen saavuttamisesta ei mielestäni läheskään aina ole tarkoituksenmukainen, olin väistämättä tilanteessa, jossa pohdin aineistoni kylläisyyttä. Kiinnostus ja lämpö tutkimukseni ihmisiä kohtaan olisi saanut minut jatkamaan pidemmällekin, mutta päätös lopettaa kohtaamiset kolmanteen kierrokseen oli lopulta suhteellisen helppo ja osaltaan myös huojentava. Siihen vaikutti ennen kaikkea näkökulmani valinta, mutta myös tapaamisvälien pituus. Aika ajoitin elin hyvinkin syvällä tutkimuksessani, ja jo ajatus sen jatkamisesta pidemmälle uuvutti. Minun oli vaikea ottaa etäisyyttä ja irtautua keskeneräisestä tutkimusprosessista, joten neljännen haastattelukierroksen suunnittelu puolentoista tai kahden vuoden päähän ei tuntunut tarkoituksenmukaiselta. Halusin saada haastateltavieni elettyä elämää paperille ja muiden luettavaksi, mutta kirjoittamisen uskalsin kunnolla aloittaa vasta tehtyäni päätöksen kohtaamisten lopettamisesta.

Toisin kuin etnografiassa, jossa kenttätöön päättymistä on tutkimuseettisistä syistä tärkeä ennakoida jo sen aikana (Virkola 2014, 257), ja jossa lähteminen kentältä merkitsee hyvästien jättämistä tutkimuksen ihmisille, joihin on luonut kenttätöön aikana tiiviin suhteen (Hammersley ja Atkins 2007, 121), laadullisen seurantatutkimuksen parissa tutkimuksen ihmiset ovat harvoin tottuneet tutkijan läsnäoloon, sillä tapaamisvälit ovat sittenkin pitkähköjä (McLeod ja Thomson 2009, 60–79). Näin on ollut myös oman tutkimukseni kohdalla. Koska en alun perin suunnitellut tekeväni laadullista seurantaa, jätimme osaltaan hyvästejä jokaisen kohtaamisen päätteeksi. Kättelimme, halusimme tai sain taputuksen olalle, emmekä tienneet tulisimmeko tapaamaan tosiamme uudestaan. Se, että tutkimukseni eteni ikään kuin omalla painollaan tuntuu näin jälkikäteenkin hyvältä ratkaisulta, sillä omia ja tutkimukseni ihmisten muuttuvia elämäntilanteita oli mahdoton ennustaa. En halunnut luvata heille mitään mistä en voisi pitää kiinni. Jokaisen kohtaamisen päätteeksi tarjosin kuitenkin mahdollisuuden pitää minuun yhteyttä. Haastateltavilla oli puhelinnumeroni ja osoitteeni eli minulle saattoi tarpeen tullen soittaa tai laittaa postia. Osa käyttikin mahdollisuutta hyväkseen. Etenkin Aatoksen kanssa puheluista muodostui tapa, jolla vaihdoimme kuulumisia puolin ja tosin.

Useimmiten Aatos aktivoitui soittamaan minulle tapaamistemme jälkeen, mikä oli minusta mukavaa. Sain kiinni siitä, millaisia ajatuksia tapaamisemme oli herättänyt ja kuulin muutoksista, joita arjessa oli tapahtunut. En kokenut puheluita kuormittavina, sillä Aatos oli hyvin hienotunteinen: kertoi asiansa, kysyi vointejani ja toivotti hyvää jatkoa. Koskaan emme tainneet puhua kymmentä minuuttia pidempään. Elokuussa 2014 Aatos soitti minulle juuri kun olin kävelemässä pois seminaarista, jossa olimme käyneet läpi ensimmäistä käsikirjoitustani. Hän kertoi muuttaneensa terveystieteiden vanhainkotiin noin kuukausi takaperin. Aatos totesi hoitajan istuneen sängyn vierelle, katsoneen suoraan silmiin ja ilmoittaneen paikan nyt vapautuneen. Aatokselle se oli ollut ilon hetki ja Kaisaniemen puiston reunaa kävellessäni olin iloinen siitä, että hän oli halunnut jakaa sen kanssani. Kohtaamani ihmiset olivat yhä elämässäni läsnä, vaikka olin jo täysillä uppoutunut kirjoittamiseen.

4.4 Suostumus ja sen ylläpitäminen

Näin luvun lopuksi tarkastelen vielä lyhyesti tutkittavien suostumuksen ylläpitämiseen liittyviä kysymyksiä, sillä suostumuksen saavuttamista ja ylläpitämistä on pidetty tutkimuksen eettisyyden kannalta olennaisena (Kuula 2006, 147). Asia on nostettu esiin myös laadullisen seurantalutkimuksen parissa juuri suostumuksen ylläpitämisen näkökulmasta (McLeod ja Thomson 2009, 74). Laadullisessa pitkittäistutkimuksessa informoidun suostumuksen saavuttaminen voi osoittautua vaikeaksi, joskus mahdottomaksi (Virkola 2014, 258), mutta jo tietoisuus, että siihen on pyrittävä, auttaa tekemään tutkimuksesta eettisesti kestävää (mt., 77).

Tutkimustani aloittaessa ja haastateltavia etsiessäni pyrin olemaan systemaattinen, mutta pidin mielessäni hienotunteisuuden, jota tutkimuskohteeni - mahdollinen arkaluonteinen aihe - edellytti. Jokaisella kutsun saaneella oli tarvittava tieto tutkimuksen sisällöstä ja mahdollisuus sekä suostua että kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen. Kieltäytyminen oli tehty erityisen helpoksi, sillä se ei edellyttänyt yhteydenottoa tai kasvokkaista kohtaamista. Kutsukirjeen saattoi vain jättää huomiotta. Muistisairaita haastatelleen Elisa Virkolan (2014) tavoin en joutunut tasapainoilemaan suostumuksen ylläpitämisen kanssa kenttätöön keskellä, mutta haastattelukierroksille lähtiessäni olin pyrkimyksistäni systemaattisuuteen ja hienotunteisuuteen huolimatta samanlaisten kysymysten edessä: ymmärtäisivätkö haastateltavat, mikä on tutkimukseni tarkoitus ja sen, millä tavoin tulen heitä koskevaa tietoa käsittelemään?

Ensimmäisellä haastattelukierroksella huomasin roolini ja taustani jääneen osalle epäselväksi, vaikka olin lähettänyt tutkimuksestani tarkan selostuksen ja suostumuslomakkeen sen mukana. Minun ymmärrettiin kyllä olevan haastattelija, mutta osa haastateltavista kuvitteli minun olevan esimerkiksi sairaanhoitaja-opiskelija ja haastattelujen liittyvän isompaan kokonaisuuteen eli terveyspainotteiseen Ikihyvä Päijät-Häme -seurantatutkimukseen. Tämä johtui varmasti pitkälti siitä, että suurin osa kohtaamistani iäkkäistä oli osallistunut Ikihyvä-seurannan aikana erilaisiin mittauksiin, joita olivat olleet toteumassa sosi-aali- ja terveysalan opiskelijat. Kysyipä joku neuvoa terveysasioihin liittyen ennen kuin olin selventänyt omaa roolia ja koulutustani. Kaikkien kanssa kävinkin ensimmäisellä kohtaamisella läpi lyhyet tai vähän pidemmät keskustelut myös opintojeni sisällöstä.

Allekirjoitetun suostumuksen haastateltavat olivat lähettäneet minulle jo ennen ensimmäistä tapaamistamme, ja kävimme sen vielä suullisesti yhdessä läpi ennen keskustelun aloittamista. Samassa yhteydessä pyysin vielä uudestaan lupaa keskustelun nauhoittamiseen. Osa heistä selvästi jännitti nauhuria, mikä näkyi alkuun pidättyväisyytenä, mutta keskustelun edetessä nauhuriin ei juuri kiinnitetty huomiota. Aika ajoin joku saattoi kuitenkin kesken lauseen osoittaa laitetta, ikään kuin merkkinä siitä, että muistaa keskustelun tallentuvan nauhalle. Suostumusta siis myös sanattomasti uusinnettiin. Toisella ja kolmannella haastattelukierroksella nauhuriin suhtauduttiin entistä luontevammin ja avoimemmin, ehkä myös siksi että olin itse sen tottuneempi käyttäjä. Sain laitteen nopeasti käyntiin ja lyhyellä vilkaisulla tiesin, milloin ääni tallentuu. Nauhurista ei tarvinnut tehdä numeroa, vaikka tiesimme molemmat sen olevan päällä.

Myös toisella kierroksella olin lähettänyt suostumuskirjeen postitse ja pyysin toimittamaan sen allekirjoitettuna minulle, mikäli haastateltava haluaisi tavata minua uudestaan. Osalta sainkin allekirjoitetun suostumuksen postitse, mutta osa haastateltavista soitti minulle suoraan ja osalle minä soitin, joten tällöin suostumuksen läpikäyminen ja allekirjoittaminen jäi itse haastattelutilanteeseen. Jälkikäteen mietin tilanteita, joissa kävimme läpi tutkimuksen tarkoitusta, ja olin epävarma siitä, olivatko tutkimukseni ihmiset todella rohjenneet lukea allekirjoittamansa paperin ajatuksella. Olivatko he vieraskoreuttaan vain silmäilleet suostumuslomaketta ja laittaneet nimensä alle? Olinhan vasta toisen tapaamisen aikana saanut tietää Laurin lukutaidottomuudesta, ja ollut täysin tietämätön siitä, että hän oli joutunut turvautumaan muiden apuun tekstin ymmärtääkseen.

Toinen asia, joka minua jäi vaivaamaan oli se, ettei kaikille haastateltaville jäänyt toisen kohtaamisen jälkeen omaa kappaletta suostumuksesta. Tämän huomasin Einin miniän ottaessa minuun yhteyttä. Lähettämäni paperit olivat

hävinneet postissa tai Eini ei muistanut minne oli ne laittanut, enkä ollut tajunnut ottaa mukaani uutta kappaletta hänelle vietäväksi. Muistoksi käynnistäni jäi vain yhteystietoni ruutupaperilla, ei tietoa siitä kuka olen. Toisaalta pohdin myös sitä, missä määrin muiden ihmisten edes tarvitsisi tietää tutkimuksestani. Kolmannella haastattelukierroksella valitsin toisenlaisen lähestymistavan, sillä en ollut vakuuttunut siitä, että allekirjoitettu paperi olisi tae tutkimuksen tarkoituksen ymmärtämisestä. Keskustelun aluksi kerroin jälleen tutkimuksestani ja siitä, mitä olen tekemässä, ja lähtiessäni jätin jokaiselle kirjeen (liite 6), jossa samat asiat oli kirjallisesti kerrottu. Näin halusin antaa jokaiselle rauhan tutustua ja sisäistää tekstin sisältö yksin, ilman että minä olisin häiritsemässä. Kirje toimi samalla myös eräänlaisena jäähyväiskirjeenä, jolla pääsin jälleen kiittämään haastateltaviani siitä, että he olivat ottaneet minut vastaan ja avanneet minulle elämänsä.

Suostumuksen saavuttaminen on tärkeä, mutta kuitenkin vain yksi osa eettisestä kestävästä tutkimuksesta (Virkola 2014, 77). Vaikka tutkimukseen osallistuvat suostuisivat jokaiseen tutkimuskeskusteluun (ja keskustelun nauhoittamiseen) erikseen, on todennäköistä, että he eivät hahmota sitä kaikkea tietoa, mitä seuranta-aineisto on heistä tuottanut (McLeod ja Thomson 2009, 74). Tähän eettiseen ongelmaan on haettu ratkaisua lähettämällä aineistoa tai valmista analyysia tutkittaville itselleen luettavaksi (esim. mt.; Andrews 1991; Laitinen 2004), mistä kirjoitin edellisessä luvussa. Jakamalla tekstejään tutkittavien kanssa ennen tutkimuksen valmistumista, tutkija altistaa tulkintansa ja esittämistapansa konflikteille, sillä vastaanotto ei aina välttämättä ole positiivista. Tällöin vastakain ovat tutkittavan tulkinta itsestään ja tutkijan tulkinta aineistostaan. (McLeod ja Thomson 2009, 75.)

Pro gradu -tutkielmani valmistuttua lähetin sen suurimmalle osalle tutkimukseeni osallistuneista. Kaikki eivät sitä halunneet, johtuen pääasiassa siitä, ettei heillä ollut enää mahdollisuutta lukea pitkiä tekstejä. Osa oli jo aiemmin kertonut joutuneensa luopumaan lukemisesta kokonaan huonontuneen näön vuoksi. Parhaimmillaan tutkimuksen lukeminen voi siihen osallistuneelle toimia terapeuttisena kanavana, jonka kautta on mahdollista käsitteellistää ja jäsentää elämänsä uudella tavalla (Laitinen 2004, 92), mutta aina mahdollisuutta tekstin luetuttamiseen ei ole. Kysymys tulkintojen jakamisesta tutkimukseeni ihmisten kanssa ei tutkimukseeni kohdalla ole ollut yksinkertainen. Kuten suostumuksen osalta, olen joutunut miettimään, missä määrin heillä on kyky lukea ja siten sisäistää kirjoitettua tekstiä. Valmiin tutkimukseeni aion kuitenkin suurimmalle osalle heistä lähettää.

Kohtaamieni ikääntyvien elämässä olen vieraillut tutkijana, mutta en etäisenä sellaisena. Haastattelutilanteista olen pyrkinyt luomaan tilanteita, joissa he tietävät minun olleen aidosti läsnä ja myötäelävän sekä surun että ilon hetkistä

puhuttaessa. Granfelt (1998, 29) toteaa empatian pitävän sisällään myös ajatuksen vastuullisuudesta toista ihmistä kohtaan: se ei synny velvollisuudesta, vastavuoroisuudesta tai siitä että toinen olisi pyytänyt, vaan läsnä olemisesta ehdoitta ja sitoumuksitta, vailla painetta kiittämiseen. Empaattisessa kohtaamisessa vaikeat kokemukset tulevat jaetuksi, kun toinen osapuoli ottaa niistä osan kannateltavakseen (mt., 25). Tutkijan vastuu ulottuu myös haastattelujen ulkopuolelle, eikä tiedon tarpeella voida perustella haastattelun mahdollisesti esiin nostamia traumoja (Ahponen 2008, 51).

Tutkimukseni on tarjonnut kymmenelle ikääntyvälle mahdollisuuden elämäntarinansa kertomiseen, kaikille ensimmäistä kertaa tällä tavoin. Molly Andrews (1991, 62) kertoo yhden tutkimukseensa osallistuneista kommentoineen tutkijan lähettämiä litteraatteja, toteamalla niiden olevan ”vastauksia kysymyksiin, joita hänen tyttärensä ei ole koskaan kysynyt”. Samaan tapaan luulen monen kohtaamistani ikääntyvistä ajatelleen. Jokapäiväisessä elämässä ihmisillä on harvoin aikaa kuunnella toisiaan niin kauan ja hartaasti kuin tärkeiden asioiden jakaminen edellyttää (Saarenheimo 2012, 12). Tutkimukseni yksi keskeisin tavoite on ollut antaa kohtaamilleni ikääntyneille mahdollisuus kertoa oma tarinansa katoamatta keskilukuihin. Siinä toivon onnistuneeni. Haastateltavista kantamani vastuun toivon näkyneen tavassani kirjoittaa heidän elämästään. Kaikesta kuulemastani en myöskään ole kirjoittanut, sillä osa kerrotusta oli tarkoitettu vain minun korvilleni.

Seuraavaksi on aika siirtyä refleksiivisistä pohdinnoista varsinaisen analyysin pariin ja etsiä vastauksia tutkimuskysymyksiini. Lähden liikkeelle tarkastelemalla yksinäisyyden syitä: menetettyjä ja toteutumattomia sosiaalisia rooleja ja rakoilevaa sosiaalista saattuetta. Tämän jälkeen keskityn vahvemmin yksinäisyyden ajalliseen luonteeseen ja etenen sen myötä tutkimusprosessini yhteenveetoon. Viimeisessä luvussa kiteytän ymmärrykseni siitä, millä tavoin myöhemmällä iällä koettu yksinäisyys kietoutuu elämänkulkuun ja pohdin millaisia näkökulmia metodologiset valintani ovat siihen avanneet. Samalla pohdin, mitä tutkimukseni pohjalta syntynyt tieto tarjoaa yksinäisyyden ymmärtämiseksi jatkossa.

5 Menetettyjä ja toteutumattomia sosiaalisia rooleja

Tässä luvussa tarkastelen yksinäisyyttä, joka liittyy erilaisten ihmissuhteiden ja sosiaalisten roolien menetyksiin tai niihin liittyviin toiveisiin. Kuvaan leskeytymistä, kumppanittomuutta, lapsettomuutta ja lapsenlapsettomuutta ja eläköitymistä, joiden myötä yksinäisyys on kohtaamieni ikääntyvien elämässä ollut läsnä. Yksinomaan yksittäisinä elämäntapahtumina tai -vaiheina en niitä kuitenkaan ole halunnut esittää vaan tuoda näkyväksi niiden ajallisen, polkumaisen luonteen. Puhun menetetyistä ja toteutumattomista sosiaalisista rooleista, jotka kietoutuvat sosiaaliin polkuihin, joilla on harvoin, jos koskaan yhtä päätepistettä (esim. Crosnoe ja Elder 2002). Lähdän liikkeelle leskeytymisestä.

5.1 Puolison kuolema

Puolison kuolema voi olla merkittävin menetys, jonka ihminen elämänsä aikana kohtaa. Osaltaan se muokkaa leskeksi jääneen arkea monin tavoin: arjessa on opittava toimimaan uusin tavoin ja myös tulevaisuutta koskevat päätökset on tehtävä yksin (esim. Glick, Weiss ja Murray 1974; Chambers 2005; Koskimäki 2010). Naisleskien yksinäisyyttä jo 1960-luvulla tutkinut Helena Lopata (1969) on kuvannut puolison kuoleman jälkeisen yksinäisyyden hyvinkin erilaisia ilmenemismuotoja, joista yksi on Lopatan mukaan taaksepäin katsovaa. Ei tähän hetkeen tai tulevaan, vaan menneeseen sidottua: ”toivoa siitä, että saisi kelata kohtauksiin, joita näyteltiin yhdessä”. Samassa yhteydessä Lopata puhuu ”koti-ikävästä”, jolla kuvaa kaipuuta, jonka myötä ihminen rakentaa mielessään kuvan itselle merkityksellisistä kohtauksista ja niihin kuuluvista ominaisuuksista, eräänlaisista standardeista, joita ilman tuota merkityksellisyyttä on mahdoton tavoittaa. (Mt., 250.)

Vastikään leskeksi jääneen Anjan kokemassa yksinäisyydessä on juuri tällaisia piirteitä. Hän kertoo yksinäisyyden olevan mielessä etenkin sellaisissa tilanteissa, joissa asiat eivät ole kuten ennen. Anja erottuukin useimmista muista haastateltavista, joille kotityöt ja arkiset askareet ovat olleet keino pitää yksinäisyyden tunne loitolla. Juuri ne muistuttavat Anjaa yksinäisyydestä, sillä mielessä

on mennyt aika, jolloin kotona puuhasteltiin miehen kanssa yhdessä. Muun muassa leipomisesta on mennyt maku (ks. s. 91). Sirpa Andersson (2008) on omassa tutkimuksessaan tarkastellut vanhojen pariskuntien ”yhteensä tekemistä” todeten sen olevan pariskuntien arjen hallintaa ja voimavarojen jakamista. Yhteensä tekeminen turvaa pärjäämistä kotona, ja sille on ominaista tavoitteiden ja päämäärien yhteisyys. (Mt., 140.) Myös Anja kuvaa moneen otteeseen aikaa, jolloin elettiin ja tehtiin yhdessä.

Niin, se oli semmonen yhteenkuuluvaisuuden tunne. Aattelin, että minä teen sen, mitä teen tässä, ja hän kanto puita. Tuolla monet kerrat pinos puita ja en minä halkoliiterissä käynykään, mutta nyt kun minä menin sinne hänen kuoleman jälkeen, aattelin, että millä ihmeellä hän on saanu ne tuonne korkeelle. Ja mejän poikaki ihmetteli, että on täytyntä rappusilla viedä ne puut, oli pinottu sinne korkeelle. Ei minun tarvinnu tehdä mitään. Jos oli roskapussi, hän vei sen. (Anja maaliskuussa 2010)

Vuosien yhteiselon myötä pariskunnan tavat hitsautuivat yhteen. Molemmilla oli omat tehtävänsä: mies piti huolen puusavotasta ja Anja hääraasi keittiön puolella, leipoen tarjottavaa ”meitä” ja vieraita varten. Nyt yksinäisyys konkretisoituu kodin seinien sisäpuolella: tilassa, joka yhdessä rakennettiin ja jossa elämä puolison kanssa vielä reilu vuosi sitten jaettiin. Henri Lefebvre (1991) kirjoittaa tilan tai paikan syntyvän sosiaalisesta toiminnasta. Hänelle tila on ennen kaikkea sosiaalinen prosessi, jossa sosiaaliset suhteet ja tila tuottavat toisiaan jatkuvasti. Lefebvre puhuu ”eletystä tilasta”, jonka erottaa havaitusta ja kuvitellusta tilasta ja jota Kirsi Saarikangas (2002) on kuvannut ”arkipäivän aistimelliseksi tilaksi, joka ei koskaan ole neutraali tai puhdas”. Saarikankaan mukaan siihen liittyvät esittämisen tilat ovat suhteessa käyttäjiin ja asukkaisiin sekä myös sosiaalisen elämän maanalaiseen puoleen. ”Ne ovat symbolisia tiloja, joilla on suhde yhteisön tai yksilön historiaan ja kokemukselliseen maailmaan” (mt., 19). Aineelliset todellisuudet voivat vaikuttaa ajatuksiimme, tunteisiimme ja haaveisiimme niin voimakkaasti, että suorastaan haaveilemme yhdessä niiden kanssa, ja tunnemme niiden avulla (Ingström 2015, 50–51). Kuoleman jälkeisinä aikoina Anja saattoi ajatuksissaan jutella miehelleen. Mielikuvissaan hän söi aamupalaa entiseen tapaan – istuen puolison kanssa vastakkain keittiön pöydän ääressä, aamulehteä lukien.

Alfred Shutz (1967) on todennut kokemuksen ”meistä” muodostuvan ymmärryksestä, etten minä itse ainoastaan koe tiettyä asiaa, vaan että sinäkin koet saman ja tiedostat myös minun kokevan niin. Shutzin mukaan tällaisessa me-

Anja asuu yksin maaseudulla miehensä rakentamassa omakotitalossa. Anja on asunut samalla paikkakunnalla aina; vain taloa on vaihdettu, kun uusi on saatu rakennettua. Rakentaminen on ollut Anjalle ja hänen edesmenneelle miehelleen miehuinen harrastus eläkepäivillä. Eläkkeelle Anja on jäänyt kuusikymppisenä, johon saakka pariskunta piti maapaikkaa kotipaikkakunnallaan. Anjalla on yksi lapsi, joka asuu lähistöllä.

Leskeksi Anja on jäänyt hieman yli vuosi sitten. Miehen kuolema oli suuri menetys ja se tekee yhä hyvin kipeää. Anja kuvaa miestänsä hyväluontoiseksi mieheksi ja murehtii sitä, kuinka tämän vasta toisen poismentyä huomaa ja ymmärtää. Nyt puolison kuoleman jälkeen Anja pitää itseään saamattomana. Ennen hänellä oli tapana touhuta paljon, mutta nyt hän ei enää saa aikaiseksi. *Minä olen aina ollut kova leipomaan kakkuja, pikkuleipiä ja kaikkee, mutta nyt en oikein enää kun ei oo kulutusta ollenkaan. Tottakai sitten, että jos on joku tulossa ja tiedän, että tulee mun synttäreille taikka muuten, niin totta kai sitten yritän leipoo. Mutta siitä on vähän maku pois, kun mä oon yksinäinen*, Anja toteaa.

Anjalle miehen kuolema jälkeiset vuodet ovat tarkoittaneet uudenlaisten rutiinien opettelua. Hän kertoo päivien kuluvan lähinnä televisiota katsellen ja lehtiä lukien. Omakotitalon ylläpitäminen vaatii toki omat toimensa, joista Anja ei ole voinut luopua. Taloa hän pitää itselleen liian suurena. Kulkuyhteydet palvelukeskukseen ovat huonot, mutta omakotiloasumisessa on kuitenkin hyvät puolensa, ja onhan talo yhdessä miehen kanssa rakennettu. Anja kuvailee, kuinka samoissa maisemissa on pyörityt vuosikymmenet, ajettu traktorilla ja kuokittu kukkapenkissä. Anjalle puutarhanhoito on ollut mieluisa harrastus, jonka parissa kuluu paljon aikaa kesäisin. Muuttamista lähemmäksi palveluja hän ei ole vakavissaan harkinnut, vaikka ystävät ovat sitä ehdottaneet.

Anjalla on useampia ystäviä, lomakevastauksen mukaan kuudesta kymmeneen, joita hän tapaa varsin säännöllisesti. Myös puhelimesta puhutaan, mikä saa Anjan mukaan *veren kiertämään*. Leskistä koostuvalla naisporukalla on tapana kokoontua kahvittelemaan merkkipäivää viettävän ystävän luokse. Yhteiset kahvihetket ovat muodostuneet tavaksi kuin itsestään. Syntymä- ja nimipäivinä ovet ovat ystäville avoinna ja paikalle osataan tulla, vaikka virallisia kutsuja ei lähetetä. *Ei siellä isoja juhlia, mutta se sama porukka. Kuka vaan pääsee, niin sitten kahvit juodaan ja keskustellaan. Kyllä se aina piristää ja kun kaikki on leskiä, niin tuntee jotenkin sellasta yhteenkuuluvuuden tunnetta siinä. Ajattelen, että meneehän taas yks päivä*, Anja kertoo naurahtaen. Samankaltaiset elämäntilanteet luovat yhteenkuuluvuutta. Naiset ovat tutustuneet jo vuosia sitten ja heidän miehensä ovat myös olleet ystäviä keskenään. Aiemmin he ovat kyläilleet pariskunnittain.

Yhteydenpitoa ystäviin rajoittaa Anjan autottomuus. Kulkeminen etenkin talvisin on täysin muiden varassa. Osalla ystäivistä on auto käytössä ja he ottavat Anjan kyytiin matkan varrelta. Anja kertoo pääsevänsä liikkumaan, jos mieli tekee. Toisaalta hän viihtyy myös kotona, joka on paras paikka olla. Syksyisin hän kokee kuitenkin kasvavaa huolta siitä, miten selvittää talon ylläpidon kanssa; putket jäätyvät herkästi ja katolla kasautuva lumi uhkaa aiheuttaa vesivahinkoja. Vaikka tekemistä riittää, mieltä painaa myös päivien tyhjyys, sillä mielipuuhat ovat talvikuukausien ajan katkolla. *Maaliskuussa ajatukset alkavat kuitenkin olla jo tulevassa kesässä ja puutarhanhoidossa. Kukkia oon sitten mullannu tollasia, mitä vien sitten taas ulos. Kyllä mulla on sitten jollakin tavalla semmonen kesä taas mielessä*, Anja kertoo.

Anja liittyy yksinäisyyden ennen kaikkea puolison kuolemaan, mutta myös lapsenlapsettomuuteen. Lastenlasten myötä elämällä olisi enemmän merkitystä. Osittain yksinäisyyden tunne on kuitenkin helpottunut, ja myös itsesyytös miehen kuolemasta on hälventynyt. *En enää joka hetki ajattele sitä*, Anja toteaa. ■

suhteessa, kuten myös yhdessä vanhenemisessä, on kyse kahden tietoisuuden virran etenemisestä sisäisessä ajassa samanaikaisesti, lähestulkoon sulautuen yhdeksi virraksi ja eletyksi kokemukseksi, jossa saavutetaan suurin mahdollinen keskinäisen ymmärtämisen aste. Näin aika ei kahlitse ihmisiä oman kokemuksen yksityiseen häkkiin, vaan mahdollistaa jaetun kokemuksen, jossa yhteinen aika sulautuu yhteen. (Ylijoki 2014, 51.)

Anja kertoo moneen otteeseen, millaista pariskunnan yhdessä vietetty elämä on ollut. Vasta puolison kuoltua miehen luonteenpiirteet saavat uudenlaisen merkityksen.

Hän aina kaikesta piti huolta. Kyllähän poikakin nyt tällä lailla, mutta ei se oo sitä kun on oman ihmisen. Tossa iltasellaki televisioo kateltiin ja me pidettiin toisiamme kädestä kiinni. Minä sanoin, että minä meen nyt nukkumaan ja samaa sano, että mennään nukkumaan (naurahahtaan). Väsyttiin kattomaan.

Se oli semmosta, että siihen niin tottu siihen toiseen ihmiseen sen kuudenkymmenen vuoden aikana. Tietää sen tavat ja luonteen niin hyvin. Ja olikin niin erikoisen hyväluontoinen mies. Ei koskaan hermostunu, eikä kironnu eikä pärmättäny mistään asiasta. Teki vaan ja meni. Oli niin semmonen erikoinen luonne. Nyt mä vasta sen huomaan. Mä pidin sitä niin luonnostaan selvänä ja nyt sitä kaipaakaan niin mahdotomasti. Se oli semmosta kahden vanhan ihmisen mukavaa yhteiseloa. Sitä minä niin kaipaakaan vieläkin. (Anja maaliskuussa 2010)

Anjan kertomus palauttaa mieleen ajatuksen linkittyvistä elämistä, ennen kaikkea ”meisyydestä” (Weckroth 1991). Myös Kaarina Mönkkönen (2007, 146–147) on muistuttanut ihmisen olevan aina sidoksissa sosiaaliseen ympäristöönsä ja suhteisiinsa, eikä ihmisen toimintaa siten tule katsoa irrallaan tuosta sidoksesta, sillä harvoin teemme asioita puhtaasti itseämme varten. Tästä esimerkiksi Mönkkönen nostaa kertomuksen ”vanhemmasta herrasta”, joka oli tottunut käymään joka kesä ja syksy kalastamassa. Vaimon sairastuttua ja jouduttua pitkäaikaiseen sairaalahoitoon, mies jätti kalastamisen kokonaan, vaikka aikaa ja voimia olisi siihen vielä riittänyt. Tyttäreilleen mies totesi, ettei voi käydä kalassa, koska vaimo ei enää odota häntä kotona (mt., 147). Kuollessaan ihminen viekin mukanaan myös osan suremaan jääneistä läheisistä (Elias 1978, 135–136). Kokemus ”meistä” ei siis täysin katoa, mutta järkkyy, sillä toinen ei ole enää konkreettisesta läsnä (vrt. Andersson 2008).

Anja kertoo rukoilleensa jo vuosikausia aikaisemmin, ettei joutuisi jäämään yksin, mutta miehen kuolema tuli niin yllättäen, ettei siihen oltu perheessä voitu

millään tavoin valmistautua. Anja syyttää osittain itseään tapahtuneesta, mutta lääkäreiden mukaan miehen sairaskohtaus ei olisi ollut estettävissä, vaikka arjessa olisi touhuttu vähemmän. Kuoleman jälkeen Anjan illat ja yöt kuluivat sängyssä itkien ja huutaen. Itsesyytöksen myötä miehen poismenoon liittyvä suru tuntui ylitsepääsemättömältä. Surua tutkineen Helena Erjannin (1999) mukaan surun ydin on luopumisprosessissa, johon kuuluvat tunnemyrsky, elimistön kapina ja tartuntapinnan haku. Luopumisen kärsimys alkaa heti kuolinuutisen kuulemisesta, johon liittyy rajuja tunteita ja fyysisiä reaktioita, joista myös haastateltavani kertoivat. Sureva voi pystyä toimimaan arjessa, mutta hän kokee elävänsä eräänlaisessa välitilassa, sillä elämä on yhtäkkiä muuttunut. Keskeinen piirre onkin halu jättäytyä entiseen elämään, jossa läheinen oli vielä elossa. (Mt., 160–162.)

Miehen kuoleman jälkeinen vuosi oli ollut Anjalle erityisen raskas, mutta nyt kun aikaa on kulunut enemmän, hän on kiitollinen siitä, että puoliso oli hyvässä kunnossa loppuun saakka.

Siinä ei ollu minkään näköstä niinku valmistautumisaikaa. Toisethan sanoo, että se on hyvä lähtijälle ja jälkeen jääneelle, mutta ei minusta ainakaan silloin tuntunu, että se olis hyvä jälkeenjääneelle, siis niinku mulle. Mutta ajattelin minä sitäkin, että jos tuolla käy monta vuotta kattomassa ja on oikein huonona. Että kuka sitä sitten tietää, jokaisella on oma kohtalonsa.

Mutta niinhän se on, olen sanonu että harvoin täältä yhdessä lähetään. Jompikumpi jää yksin. Sanon vaan, että mieheni luonteella, hän ois varmaan sen paremmin kestäny. Mutta joku sano sitten mulle tässä taas, että kyllä miehet on monta kertaa paljon avuttomampia. Ja kyllähän se näin on kun ajattelen. Vaikka ei hän mikään avuton ollukaan, monta kertaa pyöräytti itte aamupuuron, jos hänen teki mieli puuroo. Hän keittää puuron ja munia paisto, niin ei se nyt nälissään olis ollu (naurahtaen). (Anja maaliskuussa 2010)

Tutkimuksessaan van Baarsen ja kumppanit (1999) tarkastelevat leskeytymisen jälkeen koettua yksinäisyyttä pitkätaimisen avulla pohtien, miten esimerkiksi parisuhteen läheisyys ja kuoleman yllättävyys vaikuttavat siihen missä määrin yksinäisyyttä koetaan. Kuten olettaa saattaa, yksinäisyyden kokemus oli voimakkaampaa niillä, joiden parisuhde oli ollut läheinen ja emotionaalisesti tukeva, mutta sillä oliko puolison kuolemaan voitu valmistautua ja ”sanottu hyvästit” ei ollut vaikutusta yksinäisyyden kokemukseen. Hieman yllättäen yksinäi-

syyttä kokivat enemmän ne lesket, jotka olivat puolisonsa kanssa puhuneet kuolemasta muita useammin, minkä tutkijat pohtivat liittyvän ennen kaikkea puolison kuolemaan liittyvään pelkoon, ei niinkään ennaltavaraantumiseen (mt., 464), mistä Anjakin edellä olleessa katkelmassa kertoo: mies olisi pärjännyt paremmin kuin hän, vaikkei mikään ruoanlaittaja ollutkaan.

Vanhoja pariskuntia haastatellessaan Sirpa Andersson (2008, 135) huomasi, ettei toisen kuolemasta puhuttu tutkijan kuullen: esiin ei noussut mahdollisuus, että toinen puolisoista jäisi jossain kohdin elämään yksin. Jenni Spännärin (2008, 166) mukaan pitkän yhteiselämän seurauksena voi olla, että puoliset tottuvat olemaan yhdessä sekä arkisissa toimissaan että ajatuksen tasolla: ”Puolisosta voi tulla itsestään selvä osa elämää”. Anja sen sijaan kertoo toivoneensa, että saisi kuolla ennen puolisoaan. Tulevaisuus ilman puolisoa on näyttäytynyt mahdottomana. ”Minä en ole minä ilman sinua”, hän tuntuu ajatelleen. Myös ennen puolisonsa kuolemaa täyttämässään kyselylomakkeessa Anja pohti puolison menetyksen olevan pahinta mitä elämässä voisi lähivuosina tapahtua.

Puolison kuoleman jälkeen Anja peilaa itseään ja tunteitaan muihin leskeksi jääneisiin ystäviinsä, joista on muodostunut tiivis ystäväpiiri. Yhteneväinen elämänmuutos yhdistää, mutta sopeutuminen uuteen elämäntilanteeseen tapahtuu jokaisella omaan tahtiin ja omien luonteenpiirteiden värittämänä (Baarsen ym. 1999, 464).

Kaikkihan, mitä meitä tässä nyt on, on leskiä. Kaikkihan on miehensä menettänyt, mutta minä olen sitten ehkä tavallista herkempi luonteeltani. Tunnen sen niin mahdottomana kipuna. Kun ykskin ruova sano, että kyllä siihen tottuu, niin aattelin, että kuinka siihen voi tottua. Olen minä kyllä nyt jo ymmärtänyt mitä hän sano. Kyllä siihen on pakko tottua. (Anja maaliskuussa 2010)

Ikääntyvien leskien on huomattu tukeutuvan lähipiiriin ja ystäviin, saavan heiltä lohtua ja käytännön neuvoja selviytymiseen muilta puolisonsa menettäneiltä (Spännäri 2008, 164). Näin on ollut myös Anjan kohdalla. Leskistä muodostunut ystäväpiiri on tarjonnut tukea elämänmuutokseen. Menetyksensä kanssa Anja ei ole yksin, mutta vastikään leskeytyneenä se tuntuu voimakkaampana kuin muiden. Vaikka Anja kertoo hiljalleen tottuneensa yksinoloon ja sen myötä myös yksinäisyyden hieman helpottaneen, muistot miehestä ja hänen läsnäolonsa kaipuu ovat kuitenkin yhä päivittäin mielessä. Lapsen tai ystävien luona kyläily auttavat unohtamaan ikävän ja surun, mutta usein vain hetkeksi. Päivän päätteeksi kotona on vastassa tyhjä talo, jonne puolison kanssa jaettu arki vielä muutama vuosi sitten rakentui (Lopata 1969, 257).

Myös Heikki on menettänyt puolisonsa vastikään. Hänen kertomuksensa leskeytymisestä ja sen myötä kohdatusta yksinäisyydestä on kuitenkin monin tavoin erilainen, joskin kuvaa samanlaista voimakasta sidoksellisuutta toista ihmistä kohtaan. Kun tapasimme ensimmäisen kerran, Heikki kertoi ymmärtävänsä yksinäisyyden liittyvän uuteen elämäntilanteeseen, jossa arki on vuosien yhdessäolon jälkeen jaettava ilman puolisoa. Rauha-vaimon kuolemaan liittyi osaltaan myös helpotusta siitä, että sairaus eteni lempeästi ja viimeiset hetket yhdessä eivät olleet vain Alzheimerin taudin värittämiä. Toisin kuin Anja, Heikki oli vähitellen valmistautunut puolisonsa poismenoon ja surutyötä oli tehty siitä saakka kun tieto Rauhan sairaudesta tuli ilmi. Tuolloin Heikki oli käynyt terapeutilla ja purkanut ajatuksiaan puolison sairauteen liittyen. Heikin suurimpana toiveena on ollut elää puolisoaan kauemmin, jotta voisi häntä hoitaa. Hän kertoo kiittäneensä monta kertaa luontojumalaansa, siitä, että on saanut elämänsä tärkeimmän tehtävän hoidettua.

Kyllä minä oon sen ymmärtäny aika hyvin, että se yksinäisyys kuuluu tähän. Minähän itkeskelin silloin aika tavalla, kun sain tiedon Rauhan Alzheimerista. Että ei minun ole tarvinnu sillä lailla itkee sitä poismenoo. Minähän olin silloin saattamassa Rauhan ihan taivaan tielle saakka ja vielä laittamas arkkuukin. Kyllä minä siellä olin päinvastoin helpottunu, että kuinka Rauha selvis siitä sillä lailla, ettei hänen tarvinnu kipuja kärsiä. Minua rasitti kovasti, että jos hän tulee sellaseen kuntoon henkisesti, että rupee raivoomaan. Mutta oli sitten tyyni ihan koko ajan, niin mulle jäi hirveen hyvä kuva siitä sitten.

Kun neurologi sano et on alkava Alzheimer-tauti, niin silloinkin sen heti tajusin, et se on lopullinen tauti. Kun ysiviis vuonna näin heti josen. Ykstoista vuotta minä olin selvillä siitä, että Rauha ei pysty, jos minä kuolen. Mulla oli koko ajan toivomus, että mä eläisin niin kauan, et voisin hänet hoitaa. Mä olen sen monelle sanonu, joka liittyy taas siihen minun luontojumalaani, että olen niin monta kertaa sanonu tolle tonne yläkertaan sen, että niin kiitollinen, että olen saanu elää niin kauan. Että olen saanut tavallaan niinku tärkeimmän tehtyä. (Heikki maaliskuussa 2010)

Ennen kuolemaansa Rauha oli asunut lähes kymmenen vuotta hoitokodissa, ja tätä ennen Heikki oli hoitanut puolisoaan kotona muutaman vuoden ajan. Hoitokotipaikan saaminen Rauhalle oli Heikille helpotus, sillä raskaat omaishoitovuodet veivät lopulta voimat. Kotona ei enää kahdestaan pärjätty, sillä puolison kunto oli alkanut mennä entistä huonompaan suuntaan. Lääkäri oli todennut

Heikki asuu yksin maaseudulla omakotitalossa, jonka on itse aikoinaan rakentanut. Heikin puoliso kuoli muutama vuosi sitten. Elämänsä viimeiset kahdeksan vuotta puoliso asui hoitokodissa Alzheimerin vuoksi. Ennen hoitokotijaksoa Heikki toimi puolisonsa omaishoitajana useamman vuoden ajan. Heikki meni puolisonsa kanssa naimisiin 1950-luvulla ja teki tämän kanssa yhdessä töitä vuosikymmenien ajan. Pariskunnan ainoa lapsi kuoli tapaturmaisesti samoihin aikoihin, kun Heikki jäi eläkkeelle.

Heikin päivät sisältävät varsin tarkkoja rutiineja. Aamu alkaa aamuvoimistelulla. *Semmonen tehtävä, joka ei koskaan jää, että 15, 17, 18 minuuttia voimistelen tuol petil, ennen ku nousen pois*, Heikki kertoo. Tämän jälkeen hän laittaa puuron tulille ja lämmittää hellan. *Kun pellit on saatu kiinni*, Heikki lähtee ulos. Mahdollisuus liikkua omin jaloin on Heikille kaikki kaikessa. Hän kokee, että joka päivä on päästävä liikkeelle, satoi tai paistoi. Heikki käy päivittäin läheisellä hautausmaalla, jonne puoliso ja poika on haudattu. Talvisin matka sujuu suksilla ja kesällä jalkaisin. Välimatka kotoa hautausmaalle on reitistä riippuen neljästä kuuteen kilometriä. *Käyn juttelemassa. Minä puheskelen joka aamu siel jonkun sanan ja ilmoitan heille ilmoja, lämpötiloja ja semmosia. Aikasemmin aina kiittelinkin melkein päivittäin pitkästä elämästä*, Heikki kertoo. Haudoilla käynti on Heikille arjen kohokohta, josta luopuminen ei ole käynyt mielessäkään.

Heikin pihalla on kasvimaata, jossa hän kasvattaa monenlaisia vihanneksia. Kesäisin marjastusretkien jälkeen jääkaappi täyttyy itse tehdyistä hilloista. Ruoan Heikki on aina laittanut itse. Puolison muistisairauden alkuvaiheessa hän opetteli myös leipomaan. Rauha-vaimo opetti Heikille muun muassa pullataikinan teon. Heikki ei raaski ostaa kaupasta leivonnaisia tai vaaleaa leipää. Hän kertoo oppineensa tarkan markan mieheksi jo lapsuudenkodissaan.

Heikillä on auto, mutta hän käyttää sitä vain välttämättömiin asioihin ja satunnaiseen kyläilyyn. Pieni eläke pakottaa karsimaan ylimääräisistä ajoista ja useimmiten auto seisoo tallissaan. Heikki kertoo olevansa onnellinen siitä, että pystyi hoita-

maan puolisoa, ja että hän on itse ollut hyväkuntoinen. Kahdeksan vuoden ajan Heikki kävi katso-massa puolisoaan hoitokodissa lähes päivittäin, jolloin *ajoa kertyi useamman maailmanympärysmatkan verran*.

Heikin lähikauppa on viiden kilometrin päässä ja sinne tulee ajettua autolla noin kerran viikossa. *Sen verran, etteivät maidot happane*. Kauppareissuilla Heikki ei juuri aikaa kuluta. *Ei kaupassa puolta tuntia kauempaa mene koskaan. Sitten jos ei ole tuttuja, niin se on niin nopea toi yhden ihmisen ostoslista, että se on silmänräpäys kun minä olen jo pois*, hän kertoo. Heikki suunnittelee ruokaostokset tarkkaan ennakoon. Hän valmista kerrallaan ison annoksen ruokaa ja pakastaa siitä pieniä annoksia, joita on helppo tarpeen tullen sulattaa. Mutta montaa päivää peräkkäin hän ei kuitenkaan halua samaa ruokaa syödä.

Heikki on asunut koko ikänsä samalla paikkakunnalla. Lapsuuden koti on lähistöllä ja siellä asuu nyt sisarperheineen. Heikki tuntee naapurit hyvin ja pitää heihin silloin tällöin yhteyttä, mutta sisarusten lisäksi kyläilijöitä ei kovinkaan usein käy. Sisaren lapset ja lapsenlapset ilahduttavat kerran pari vuodessa, ja yhteyttä pidetään myös puhelimitse. Kun ulos ei pääse, Heikki katsoo televisiosta *urheilu- ja terveysohjelmia*. Myös teksti-tv:tä hän seuraa ahkerasti, sieltä kun näkee ajantasaiset urheilutulokset.

Leskeytymisen jälkeen yksinäisyys on ollut Heikin ajatuksissa usein läsnä. Puolison kuoltua olo tuntui joutilaalta, ja Heikki kertoo, että olisi ollut *jo valmis lähtemään*. Hän on kuitenkin saanut elämänhalunsa takaisin. Heikin kohdalla yksinäisyys ilmenee ennen kaikkea tarpeettomuuden tunteena, joka pysyy taustalla kunhan tekemistä riittää. Etenkin syksy on Heikille vaikeaa aikaa, sillä ulkona on pimeää ja märkää eikä hiihtämään vielä pääse. Tuolloin Heikki nostaa vanhan nojatuolin ikkunan eteen ja seuraa ohitse kulkevia autoja. Maailman meno on tyydyttävä seuraamaan sivusta. Liikkumiskyvyn heikkeneminen huolestuttaa Heikkiä, kuten myös se, miten kauan hän kykenee asumaan kotonaan ja tekemään tuttuja asioita. Ilman autoa Heikki tuskin selviäisi nykyisessä kodissaan. ■

Heikin hakeneen apua viime hetkellä: *muuten olis kaks potilasta ollut*. Päivittäin Heikki kävi Rauhaa katsomassa. Ajokilometrien kertyminen tuolta ajalta on Heikille tärkeä muisto (ks. s. 96). Useimmiten Heikki ajoitti käyntinsä lounasaikaan, jotta pääsi syöttämään vaimoaan. Hoitajien mukaan hän osasi sen muita paremmin. Tärkeintä oli kuitenkin huomata se, että puoliso yhä tunnisti ja odotti häntä.

Oli aina niin tyytyväinen, kun minä menin sinne ja se tiesi minua odottaaksi vielä ku se oli jalkeilla. Oli minua vastassa rapulla määräaikaan, kun minä menin sitä syöttämään. Niin, oikeella ajallaan. Likat aina rauhotteli, että Heikki tulee ihan koht, ni ne sano et se rauhottu heti aina.

Muuten oli terve, mutta sitten häneltä meni puhe, puhe hävis sillä lailla. Niin se melkeen viimeisinä sanoinaan sano, mitä minä siltä kuulin selvää puhetta, että sano kuules minul on hyvä mies. Se oli hirvittävä kiitos. (Heikki maaliskuussa 2010)

Rauhan viimeisinä sanoina lausuma kiitos on Heikille erityinen muisto ja sen myötä Heikki koki saaneensa elämäntehtävänsä päätökseen. Myös puolison ollessa hoitokodissa yksinäisyys oli aika ajoin läsnä, mutta Rauhan kuoleman jälkeen Heikki kohtasi tarpeettomuuden tunteen, jonka myötä kokemus yksinäisyydestä voimistui. Enää ei ollut ketään ketä hoitaa, kenestä pitää huolta ja ketä rakastaa (ks. myös Lopata 1969, 252). Puolison tai ainakin hoivaajan rooli päättyi kun Rauha oli saatettu viimeiseen lepopaikkaan, pariskunnan pari-kymppisenä menehtyneen ainoan lapsen viereen: *Silloin kun Rauha oli hoidettu loppuun niin pitkälle, että oli nimet hautapatsaassa pojan nimen alapuolella, minä tunsin itteni erittäin joutilaaks. Aina sanoin tutuille ihmisille, et olisin niin joutilas tästä jo lähtemään*. Tunne siitä, ettei enää ollut kenellekään tarpeellinen sai elämän tuntumaan yksinäiseltä ja merkityksettömältä.

Siinä on se tarpeettomuuden tunne. Se pahensi sitä justiin, että kun tuli tavallaan työ tehtyä valmiiks. Ensin tuli tehtyä se palkkatyö valmiiks, sitten tuli vielä tehtyä tää lopputyö, minkä kaikki olen kertonu tos, ni siin tuli se tarpeettomuuden tunne, joka toi sitten yhteensä tämmösen synkän syksyn. (Heikki maaliskuussa 2010)

Pauli on haastateltavistani ainoa, joka menetti puolisonsa tutkimusvuosien aikana eli tapasin hänet sekä ennen että jälkeen puolison kuoleman. Paulin avovaimo oli sairastellut pitkään, mutta loppuvaiheessa sairaus oli edennyt nopeasti, eikä puoliso ollut sairaalahoidossa pitkään. Yksin asumiseen Pauli ei ollut

ehtinyt sopeutua, ja jokapäiväinen elämä puolison kuoleman jälkeen on tuntunut raskaalta. Anjan tavoin Pauli kertoo tottuneensa toisen kanssa olemiseen: arki jaettiin yhdessä ja puolisolta tuli usein kysyttyä mitä ja miten asioita tehdä. Puoliso oli aina ollut kova hääramään keittiössä, eikä Pauli ollut sinne ängennyt, sillä molemmilla oli omat touhunsaa.

Kyllä se päivittäinen eläminen on ihan vaikeeta. Sit kun toinen oli aina tehnyt, vähintään puolet asioista. Ei niitä tullu opiskeltua siihen aikaan, että ois pitänyt vähän enemmän... Mutta kun ei saanu tehdä sillä lailla, niin et toinen halus tehdä sillon. Nyttten se on sitten opettelemista, ja ei sitä ikinä opikaan. (Pauli heinäkuussa 2012)

Mieltä on painanut myös se, että ystävien ja tuttavien yhteydenpito on vähentynyt. Hautajaisten aikoihin hänelle soiteltiin paljon, mutta sen jälkeen on ollut ”hiljaista”. Etenkin pian puolison kuoleman jälkeen hän olisi kovasti halunnut puhua kaipauksestaan, mutta ei lopulta rohjennut, sillä tunteet nousivat pintaan aina kun asian yritti ottaa puheeksi. Varsinkin miehillä turvaverkko puolison kuoleman tai sairastumisen varalta voi olla heikko (Lumme-Sandt ja Lyyra 2013, 267). Myös tunteiden esittäminen voi näyttäytyä uhkana maskuliinisuudelle, jolloin niitä uskalletaan ilmaista vain yksityisesti, ei julkisesti (Bennett 2007). Toisen ihmisen surun kohtaaminen ei myöskään kaikille ole helppo tehtävä (Erjanti 1999).

Puolison kuoleman jälkeen Pauli kertoo, ettei itsestä tahdo saada mitään irti ja miettii, onko yksin olemisessä mitään järkeä. Myös ennen puolison kuolemaa Pauli harmitteli saamattomuuttaan. Tuolloin mieltä ja kroppaa painoivat oma sairaus ja puolison sairastuminen sekä pelko hylätyksi tulemisesta, jota Pauli on kantanut pitkään mukanaan.

Ei mulle tarvii ku kerran sanoa, että minä lähen tästä kävelemään niin kyllä ne muistaa ne sen suuntaiset sanomiset. Ei oikein oo mieluisaa kuultavaa. Tulee heti mieleen, että tähänkö mä sitten yksin jään. (Pauli maaliskuussa 2010)

Lopatan (1969, 250) mukaan leskeytymisen jälkeinen yksinäisyys voi olla myös vieraantumista itsestä, jolloin ihminen on ikään kuin itselleen huonoaseuraa. Samassa yhteydessä Lopata käyttää termiä ”yksinäisyysahdistus”, jolla kuvaa yksinäisyyttä, joka on vahvasti sidottu tulevaisuuteen: pelkoon menettämisestä ja siitä, ettei menetyksen jälkeen kykene muodostamaan merkityksellisiä ihmishuhteita (vrt. Moustakas 1975). Paulin yksinäisyydessä on hyvin samanlaisia piirteitä, mutta sen taustat juontavat juurensa kauempaa, lapsuusvuosista ja äidin kuolemasta, ei niinkään puolison menettämisestä. Puolison kuoleman jälkeen

Pauli asuu puolisonsa kanssa omakotitalossa, joka sijaitsee lyhyen matkan päässä kaupungin keskustasta. Nykyisen puolisonsa kanssa Pauli on pitänyt yhtä jo parisen kymmentä vuotta, ja sitä ennen hän oli kahdesti naimisissa. Aikoinaan Pauli toimi esimiestehtävissä, mutta hän on tehnyt monenlaisia muitakin töitä. Eläkkeelle Pauli jäi viisikypipisenä. Hän olisi mielellään jatkanut työntekoa hieman pidempäänkin. Paulilla on kolme lasta ja yhdeksän lastenlasta, joita hän toivoisi näkevänsä nykyistä enemmän. Avovaimolla on yksi lapsi, joka käy lapsensa kanssa säännöllisesti kylässä. Paulin omat lapset eivät vieraile kovinkaan usein, koska heillä on puutetta ajasta ja rahasta. Vanhimman poikansa kanssa Pauli on kuitenkin puhe- limitse yhteydessä joka päivä. Vävyistä ei kuulemma ole ollut seuraksi, esimerkiksi kalastusreissuille, joille Pauli on yrittänyt houkutella. Paulin mielessä on myös toive, että puoliso pitäisi hieman aktiivisemmin yhteyttä hänenkin lapsiinsa.

Pauli oli aiemmin kova urheilemaan, mutta sairaudet ovat viime vuosina rajoittaneet liikkumista. Kuntosalia lukuunottamatta liikuntaharrastukset ovat jääneet hänen elämästään pois. Sairastelu on myös osaltaan vaikuttanut siihen, ettei Pauli näe ystäviään tai lapsiaan kuten ennen. Pauli ei itse juuri pysty enää kyläilemään, ja odottaa siten mielellään kyläilijöitä luokseen. Harrastuskaverit pitävät yhteyttä Pauliin ja ajoittain myös naapurit tulevat käymään. Paulilla on käytössään auto ja ajokortti on juuri uusittu. Auto helpottaa kulkemista paikasta toiseen, kun liikkuminen on muuten vaikeaa. Pauli kertoo suunnittelevansa joka päivä mökille menoa. Viimeisestä mökkireissusta on kuitenkin vierähtänyt jo noin puoli vuotta.

Paulin mielestä yksinäisyys on ajatuksia, ei tekoja. Paulilla on usein mielessään toive siitä, että olisi enemmän yhteyksiä muihin ihmisiin. Yksinäisyyden tunnettaan hän ei oikein osaa selittää, mutta toteaa sen olleen viime aikoina usein mielessä sairauden myötä. Tutuista ihmisistä ja paikoista pu-

huminen tuo haikean Paulille mielen. Hän kertoo pitäneensä aiemmin paljon yhteyttä työkavereihin, joista moni on nyt kuollut. Heitä ja menneitä aikoja Pauli muistelee ajoittain. Hän kaipaava myös vanhaa kotipaikkaansa kovasti. Pauli olisi halunnut perheen kotipaikan sisarusten yhteiseen käytöön, mutta näin ei kuitenkaan käynyt. Jos Pauli voittaisi lotossa, hän ostaisi kotipaikaltaan tontin.

Paulin lapsuuteen ja nuoruuteen liittyy paljon kipeitä muistoja. Jo tuolloin yksinäisyys oli vahvasti läsnä Paulin elämässä. Pauli menetti äitinsä ollessaan 9-vuotias. Äidin kuoleman jälkeen hän joutui lähtemään useaksi kesäksi töihin toiselle paikkakunnalle. Myöhään syksyllä hän palasi kotiin ja lähti taas alkukeväästä töihin. Pian äidin kuoleman jälkeen isä tapasi uuden vaimon. Äitipuoli teki alusta alkaen selväksi, ettei kohtelee perheen lapsia ominaan. Koulussa opettaja ryhtyi käyttämään Paulista toista nimeä, sillä luokassa oli toinen saman niminen poika. Myös työpaikalla häntä kutsuttiin eri nimellä. Pauli kertoo, että hänellä oli yhteensä kolme kutsumanimeä, eikä hän kokenut sen takia olleensa enää oma itsensä. Pauli haluaisi kirjoittaa elämäntarinaansa paperille. Monesti hän on sellaisen aloittanutkin, mutta kirjoittaminen ei oikein ole luonnistunut.

Pauli toivoo, että elämä olisi toisenlaista tänäkin päivänä. Jos hänen kuntonsa olisi parempi, hän voisi harrastaa ja nähdä ihmisiä. Takaraivossa Paulilla on huoli siitä, että avopuoliso jättää. Pauli kertoo pelkäävänsä yksin jäämistä ja pohtii, mitä sitten kävisi. Puoliso on kyllä pitänyt hänestä hyvää huolta. Pariskunta pitää naapureiden kanssa yhteyttä, heillä käy vieraita kylässä ja tarjottavaakin on aina, mikä ei Paulista olisi välttämättä tarpeen. *Ei sitä tartte olla pöytä koreena aina. Sitten on väsyny*, hän toteaa. Pauli kantaakin erityisesti huolta siitä, miten puoliso jaksaa. Sairauksia on heillä molemmilla ollut viime vuosina yhä enemmän. ■

Pauli kuitenkin kaipaa kumppania rinnalleen: sellaista joka komentaisi, pitäisi järjestyksen ja jonka kanssa voisi joskus riidelläkin. Kunhan joku olisi vierellä.

5.2 Kumppanin kaipuu

Puolison kuoleman jälkeen Pauli kertoo kaipaavansa *kapteenia laivaansa*. Hän on ollut naimisissa kahdesti ja avoliitossa parinkymmenen vuoden ajan ennen puolisonsa kuolemaa. *Mulla on aina ollu joku. Et mä en oo ollu ilman kaveria. Vaikka ne ollu ollu aika kilttiä kaikki vaimot*, Pauli toteaa. Yksin oleminen on vierasta, sillä vierellä on aina ollut toinen ihminen. Erojen jälleen Pauli on ollut vain pienen hetken, jos sitäkään, yksin. Vastikään Pauli on ollut sukujuhlissa ja tavannut siellä entisen vaimonsa, lastensa äidin. Tyttärelleen hän on vihjaillut, että toivoisi entisen vaimon käyvän joskus kylässä, mutta ei ole saanut kutsua esitettyä. *Ei mitään seurustelua tai semmoista, mutta olisi mukava jutella*, Pauli kertoo. Myös toiseen entiseen vaimoonsa Pauli mainitsee törmänneensä ja harmitelleen sitä, ettei nainen pyytänyt häntä mukaansa mökkireissulle.

Nyt avopuolison kuoltua Paulin mielessä on se, että yhteyttä voisi entisiin puolisoihin pitää enemmänkin, yhteistä historiaa kun heiltä löytyy. Naiset voisivat pitää Paulin kiinni perhe- ja ystävyysverkostoissa, joista hän kokee irtaantuneen (Haavio-Mannila ym. 2009; Lumme-Sandt ja Lyyra 2013). Parisuhdesta Pauli tuntuukin tarkastelevan varsin käytännönläheisesti (ks. myös Kontula 2014, 11–12). Hän kaipaa toista pitämään järjestyksen, vaikka toki myös keskustelukumppania, jonka kanssa jakaa ajatuksiaan. Paulille tuo puuttuva toinen on ennen kaikkea nainen, kumppani jonka kanssa elää yhdessä. Aivan uuteen suhteeseen hyppäämistä Pauli ei kuitenkaan kaipaa. Hel-pointa olisi löytää joku, joka tuntee hänen elämäntarinansa. Aloitteen tekeminen kun on oma hommansa: keilahallin melussa jutustelu ei oikein onnistu ja sairauksien vuoksi liikuminen on vaikeampaa kuin ennen.

Myös Laurin yksinäisyydessä on samanlaisia piirteitä, mutta hänen kohdalla yksinäisyys liittyy pikemminkin toteutumattomaan, ei niinkään menetettyyn tai menetettyihin ihmissuhteisiin, jollaisena Paulin kaipaus näyttäytyy. Lauri on kyllä etsinyt ”hyvää parisuhdetta”, mutta ei oikein koskaan ole löytänyt etsimäänsä, vaikka onkin Paulin tavoin ollut pariin otteeseen naimisissa. Useampi vuosikymmen sitten eroon päätyneen liiton jälkeen Laurilla on ollut naisystäviä, mutta viime vuodet hän on ollut yksin, sillä sitä oikeaa ei ole

rinnalle löytynyt. Aikoinaan Lauri tapaili naisia ystävänsä kannustamana ja avittamana. Valtaosa suhteista oli lyhyitä, mutta joukkoon mahtui yksi pidempiaikainenkin parisuhde, joka päättyi eroon pari vuotta ennen ensimmäistä kohtaamistamme.

Tämä kalakaveri aina hommas minulle niitä naisia. Se laitto lehteen ilmoituksen ja sano, että soitappa, nyt siellä on hyvä. No mie aina soitin ja tapasin taas naisen. Mutta ne oli vähän lyhytaikaisia sitte. Yks oli vaan sen kolme vuotta. Se oli pisin aika ja sen jälkeen ei ole oikeen ollu paljoo kettään. (Lauri joulukuussa 2009)

Lauri kertoo eronneensa naisystävästä omasta aloitteestaan. Yhteiselo ei pidemmän päälle sujunut, eikä tilannetta edesauttanut se, että sukulaisten mielestä naisystävästä ei ollut Laurille kelvolliseksi kumppaniksi. Parisuhteiden laadulle onkin asetettu aiempaa suurempia vaatimuksia: avioliittoa ei solmita yksinomaan perheen perustamismielessä vaan siltä kaivataan ennen kaikkea hyvää parisuhdetta, mikä on johtanut siihen, että yhä useampi on solminut elämänsä aikana useampia suhteita (Giddens 1992). Myös ikääntyvien keskuudessa on entistä enemmän niitä, jotka eivät ole syystä tai toisesta noudattaneet perinteistä ihannetta vakaasta ja kestävästä, yhdestä rakkaudesta (Haavio-Mannila ja Roos 1998, 270–272). Syynä lienevät yhä liberaalimmat näkemykset parisuhteisiin ja tunteiden ilmaisuun liittyen (esim. Lumme-Sandt ja Lyyra 2013; Öberg ja Biltgård 2014). Kun lapset on saatu tai ”yläikäraja” niiden saamiseksi saavutettu, vaakakupissa painavat muut tekijät: läheisyys ja kumppanuus, jota parisuhteelta entistä vahvemmin kaivataan (Koskimäki 2013).

Yksinäisyyttä Lauri toteaa kokeneensa vasta viime vuosina. Nuorempana, viisi- ja kuusikymppisenä, se ei juontunut Laurin mieleen: *vaikka sanottiin, että ei tärpänny tanssissa, niin sitä lähti tyytyväisenä pois kun oli niin väsyksissä*. Tuolloin yksinäisyyttä ei ehtinyt ajatella. Avioliittojen jälkeen suhteita tuli ja meni, eikä Lauri jäänyt murehtimaan eroja tai epäonnistuneita iskuryityksiä. Nyt myöhemmällä iällä Lauri kertoo asioiden olevan toisin, sillä kahdeksankymppisenä on aikaa miettiä yksinäistä arkeaan, ja uuden seurustelukumppanin löytäminen on vaikeampaa kuin ennen. Tanssit ovat jääneet, eikä kalakaverikaan ole enää ollut avuksi naisystävien löytämisessä. Kumppanittomuus on mielessä etenkin iltaisin, kun päivän touhut on tehty ja ilta alkaa hämärtää.

Lauri: Päivätkin jotenkin paremmin menee, mutta illalla olis mukava kun olis joku kaveri.

Elisa: Kenenkä seuraa sitä sitten kaipais? Olisko se just että naisystävän vai?

Lauri: Totta kai naisystävän.

Elisa: Niin, että sitä kaipais?

Lauri: Niinpä niin. Miesystäviä paremmin löytyy (naurahtaen)

[Joulukuu 2009]

Ensimmäisen haastattelun jälkeen Laurin elämään oli tullut uusia ihmisiä, kotihoitajia, joiden kanssa Lauri vietti mielellään aikaa. Yksinäisyys oli kotipalvelun myötä helpottanut, ymmärtääkseni ennen kaikkea siksi, että nyt ympärillä oli naisia, joilta saada huomiota ja joille antaa huomiota. Jutustelut naisten kanssa pitivät mielen virkeänä, eikä päivisin tarvinnut olla yksin samalla tavalla kuin ennen. Eräänlaisina unelmoinnin kohteina kotihoitajat myös näyttäytyivät.

Seksin kaipuun Lauri toi esiin neljännellä haastattelukerralla, minkä myötä ymmärsin toiveen kumppanin löytymisestä liittyvän voimakkaasti tarpeeseen tulla myös seksuaalisesti tyydytetyksi. Myös Ojalan ja Kontulan (2002) keski-ikäisiä vakiintuneita yksineläjiä²⁴ käsittelevässä tutkimuksessa nousee esiin seksuaalisuuden merkitys. Parisuhteen puuttuminen ei kaikille tarkoittanut seksitömyyttä, mutta toisen ihmisen kosketusta ja kahden ihmisen välistä intiimiä läheisyyttä kaivattiin (mt., 111). Kaikille seksi ei ole yhtä merkityksellistä (mt., 114), mutta yksinäisyydessä sillä voi olla keskeinen roolinsa, mikäli siihen liittyvät toiveet ja odotukset jäävät toteutumatta (esim. Saari 2010, 181). Ikääntyvän seksuaalisuus ja siihen liittyvät toiveet jäävät kuitenkin usein katveeseen (Ronkainen, Pohjolainen ja Ruth 1994), eikä niitä yksinäisyystutkimuksissakaan ole juuri tarkasteltu.

Lauri on haastateltavistani ainoa, joka tuo esiin seksin merkityksellisyyden kumppanin kaipuuseen liittyen. Myös Ikihyvä-kyselyaineistosta voidaan huomata, että hyvän sukupuolielämän merkitys toimii eräänlaisena vedenjakajana: osalle sillä on hyvinvoinnin kannalta suuri merkitys, kun taas toisille sen merkitys on vähäinen tai olematon. Erot ikäryhmien ja sukupuolten välillä ovat varsin selviä: nuoremmille kohorteille ja miehille hyvällä sukupuolielämällä on suurempi merkitys kuin vanhemmille kohorteille ja naisille. (Haapola ym. 2009, 131.) Vastaavasti myös muissa väestötason tutkimuksissa on todettu, etteivät ikäihmiset arvosta seksiä parisuhteessaan yhtä paljon kuin nuoremmat. Seksuaalisen aktiviteetin vähäisyys ei useinkaan tee vanhempia ihmisiä onnettomiksi,

²⁴ Vakiintuneella yksineläjällä Ojala ja Kontula (2002, 13) tarkoittavat sellaisia keski-ikäisiä aikuisia, jotka eivät ole elämänsä aikana olleet avo- tai avioliitossa.

Lauri asuu yksin kerrostaloasunnossaan esikou-punkialueella. Hän on muuttanut elämänsä aika-na useasti, mutta asunut nykyisessä asunnossa monen vuoden ajan. Lauri työskenteli aikoinaan maatilalla ja sekatyömiehen hommissa. Eläkkeelle hän jäi viisikymppisenä. Lauri on ollut kahdesti naimisissa. Viimeisimmästä puolisostaan Lauri erosi muutama vuosikymmen sitten. Sen jälkeen hänellä on ollut joitain naisystäviä, vaikkakin viime vuodet hän on ollut yksin. Lauri on etsinyt kumppania, mutta sopivaa ei vielä ole sattunut kohdalle. Lapsia Laurilla ei ole.

Päivisin Lauri tykkää liikkua, talvisin kävellen ja kesäisin pyöräillen. Ainoastaan kovilla pakkasilla ulos ei voi lähteä. Laurilla on tapana käydä pyöräilemässä pitkiäkin lenkkejä. Hänen lempireittinsä kulkevat järven rannalla. Lääkäri on kuitenkin juuri varoitellut, *että voi käydä sydämen päälle, jos liian kauaksi lähtee*. Kammarista löytyy myös soittovehe. Joskus sitä soittelen, rämpytän aikani kuluks, Lauri kertoo. Naapureita hän ei halua soittolaan häiritä, ja aika ajoin mielessä onkin ollut haave omakotitalosta, jossa erilaisia soittimia voisi soittaa niin usein ja niin kovaa kuin jaksaa.

Ystäviä Laurilla ei juuri ole ja sisarukset asuvat toisella paikkakunnalla. Heidän kanssaan Lauri on puhelimitse yhteydessä silloin tällöin. On silti paljon päiviä, jolloin Lauri ei ole tekemisissä kenenkään kanssa. Yksinäisyys tulee mieleen etenkin iltaisin ja se liittyy ennen kaikkea naisystävän kaipaamiseen. Pilke silmäkulmassaan Lauri toteaa yksinäisyyden muistuvan mieleen laskuja maksaessa. Laskupinot harmittavat Lauria, kun ketään ei ole jakamassa niitä. Lukutaidottomuuden vuoksi Lauri tarvitsee apua kirjallisiin tehtäviin. *Mutta kyllä mä oon huomannu monessa kohti, että sel-lasetki miehet, jotka osaa lukee ni huonommin pärjää kun mitä mie monessa*, Lauri kuitenkin huomauttaa. Lauri olisi valmis menemään vielä ker-

taalleen naimisiin, jos oikeanlainen ihminen tulisi vastaan. *Kun mie oon kumminki vanhempi, niin mie saattaisin kuolla ennemmin ja sille jäis tämä [asunto] sitten, eikä tarvis tehdä testamenttiä kellekään. Sitäki voi ajatella silleen. Sit sais nämä tavarat kaikki, hän pohtii naurahtaen. Yksin elämissä on kuitenkin puolensa. Saa aina vähän pikkuhiljaa liikettä kun arkiaskareet on tehtävä yksin.*

Laurin kohdalla yksinäisyys ilmenee alakuloisuutena ja masentuneisuutena. *Sitä surua. Masennusta, masennusta se tekee*, Lauri kertoo. Myös unettomuus on vaivannut Lauria. Siihen hän on hakenut apua lääkäriltä. Yksinäisyyttä lievit-täkseen Lauri on ollut yhteydessä myös paikalliseen kolmannen sektorin toimijaan. Sen jälkeen Laurin luona on käynyt ystäväpalvelun vapaaehtoinen, noin kerran viikossa. Vapaaehtoisen kanssa on istuttu olohuoneessa ja juteltu niitä näitä. Yhteistä joulunviettoakin on mietitty. *Mukavalta-han se tuntuisi*, Lauri toteaa. Hänestä kuitenkin tuntuu, että vapaaehtoisella on usein kiire, ja yhteydenpito on liian vähäistä. Useamminkin kuin kerran viikossa saisi Laurin luona käydä.

Lauri kertoo kaipaavansa naisystävää, mutta myös tanssikaveri tulisi tarpeeseen. Yksin hän ei viitsi enää tansseissa kulkea. Myös tuttavat ovat varoitelleet, ettei Laurin kannattaisi liikkua ilta-aikoihin yksin. Tanssikaverin lisäksi kulkemista on rajoittanut pienet eläketulot. Jos rahat riittäisivät, Lauri viettäisi aikaa matkustellen. Erityisesti kylpylälomilta on hyviä muistoja: *Kun mie kävin siellä Pärnussa ja siinä on se tanssipaiikka lähellä niin joka iltahan siinä tuli käytyä. Aamupäivillä ne hoidot, kolme hoitoo, ja iltapäivä oli sitten vapaa. Joka ilta mentiin tanssimaan ja hiki päässä siellä sitten tanssittiin*. Aika ajoin mielessä on lottovoitto. Sen turvin Lauri ostaisi veneen ja matkustaisi Suomen vesien sisällä. Vanhalla kotipaikkakunnallakin voisi pitkästä aikaa käydä. ■

koska he eivät pidä seksiä niin tärkeänä kuin nuoremmat ihmiset. (Haavio-Mannila ja Kontula 2007, 78).

Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö seksiä harrastettaisi ja siitä myös nautittaisi myöhemmällä iällä (Haavio-Mannila ja Kontula 2007). Ikääntyessä seksuaalista aktiivisuutta voivat osaltaan vähentää fyysiset rajoitteet ja mahdollinen halukkuuden väheneminen (mt.), mutta kumppanittomalle ja seksiä kaipaavalle mahdollisuuksia ”rakasteluyrityksiinkään” ei välttämättä ole. Ojalan ja Kontulan (2002, 113) mukaan oman seksuaalisuuden toteutumattomuus on monelle miehelle kipeä asia, joka voi alkaa hallita yksineläjän elämää. Toisaalta seksuaalisuuden juuret voivat olla hyvinkin syvällä ihmisen menneisyydessä ohjaten elämäntulkua sen myöhemmissä vaiheissa.²⁵ Näin on Laurinkin kohdalla käynyt. Nuorena poikana koetun seksuaalisen hyväksikäytön myötä Lauri pohtii jääneensä ”koukkuun seksiin”, ja joutuneensa sen vuoksi vaikeuksiin myöhemmissä suhteissaan tai niihin pyrkiessään. Sopivaa kumppania on viime vuosina ollut vaikea löytää.

Yleisesti ottaen avoliitot, kuten myös yleistyneet avo- ja avioerot ovat raivanneet tilaa myös muunlaisille parisuhteille ja niiden avoimuudelle. Asenteiden muutos on avannut mahdollisuuden poiketa normatiivisesta elämäntavasta entistä helpommin. Naimattomien lisäksi ”parisuhdemarkkinoilla” on paljon toisella tai useammalla kierroksella olevia, jotka ovat avoimia uudelle parisuhteelle esimerkiksi eron tai leskeksi jäämisen jälkeen. (Koskimäki 2016.) Lisääntyvässä määrin on myös lat-suhteiksikin kutsuttuja erillissuhteita, joissa ollaan yhdessä, mutta asutaan erillään (mt.; Karlsson ja Borell 2002.) Lat-suhteen perään Pauli ja Lauri eivät haikaile, sillä mielessä on kumppani, jonka kanssa arkea voisi jakaa kotitöitä myöden. Niin sanotun erillissuhteen ottaa esiin Aatos, jolla on aikoinaan ollut tällainen parisuhde ja jota hän nyt erityisesti kaipa.

Kihlatustaan aikoinaan eronnut Aatos löysi ”vanhoilla päivillään” naisystävän, joka asui toisella paikkakunnalla. Pari tapaili toisiaan muutaman vuoden ajan ja viihtyi hyvin yhdessä, mutta kolmisen vuotta ennen ensimmäistä kohtauksemme naisystävä menehtyi sairauteen. Aatos uskoo, että suhde olisi kestänyt, jos sairautta ei olisi tullut.

²⁵ Aihetta käsittelevissä tutkimuksissa seksuaalisen hyväksikäytön on todettu rikkovan lapsen ruumiillisen koskemattomuuden ja herättävän hänen seksuaalisuutensa kehitystasoon nähden liian varhain. Hyväksikäyttö muokkaa lapsen seksuaalisuutta, minkä vuoksi siihen liittyvät vaikeudet voivat olla tyypillisiä seksuaalisen hyväksikäytön uhreille. Seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi joutunut aikuinen voi esimerkiksi myöhemmissä elämänvaiheissa pohtia, millainen merkitys sillä, että seksuaalisen hyväksikäytön teot ovat joskus tuottaneet mielihyvää, on omalle seksuaalisuudelle ollut. (Laitinen 2001; 2009.)

Kaks vuotta minua nuorempi oli. 75-vuotissyntymäpäiviä vielä juhlit-
tiin hänen. Hän kyllä varmasti olis ollut ja kestänyt meidän ystävyys-
suhde loppuun. Mutta kun tuon sairauden.. oli määrätty loppumaan.
(Aatos maaliskuussa 2010)

Sofie Karlssonin (2006) haastattelemat lat-suhteessa elävät naiset kertovat eril-
lään asumisen liittyvän haluun säilyttää oma koti, omine tapoineen ja tottumuk-
sineen, haluttomuuteen kantaa mahdollista pääasiallista hoivavastuuta puoli-
sosta elämän myöhemmässä vaiheessa, vapautteen perinteisistä perheerooleista
ja haluun säilyttää nykyiset sosiaaliset verkostot sellaisinaan (ks. myös Karlsson
ja Borell 2002). Karlsson päätelee lat-suhteiden mahdollistavan parisuhteen,
jossa yhdistyvät intiimiys ja autonomisuus, mikä on tuotu esiin myös Ikihyvä-
aineiston pohjalta (Koskimäki 2016). Aatos kertoo käyneen naisystävänsä
kanssa muun muassa ravintolassa syömässä ja pitäneen puhelimitse yhteyttä.
Avioliitosta tai yhteenmuuttamisesta ei puhuttu. Yhdessä oli hyvä olla näin. Hän
kuvaakin myös aikaa, jolloin naisystävä sai diagnoosin sairaudestaan.

Kun kävin kerran kattomassa siellä sairaalassa, lääkäri oli kierroksella
ja kysyin sitten kun hän tuli siihen huoneeseen, että mikä tässä nyt on
tilanne. Että onko siinä parantamisen mahdollisuuksia. Hän katto po-
tilaaseen ja kysyi, että saako kertoa. Tää kaveri [naisystävä] sano että
kyllä saa. Lääkäri sitten sano, että ei mitään ei oo tehtävissä. Sanokin,
että vuos korkeintaan on aikaa.

Hän oli oikein kunnon ihminen ja hyvin viihdyttiin toistemme kanssa.
Sitten iski vaan tällöinen sairaus joka vei. Siitä kun lääkäri totes sen,
vähän yli vuoden eli. Mutta hän suhtautu siihen kyllä hirveen hyvin.
Minä aina.. monta kertaa tuntu hirveen pahalta ja minä aina valittelin.
Hän sano, että älä ajattele niin sitä. Älä ajattele ollenkaan, tämä on tätä
elämätä nyt. Sittenhän minä kävin kattomassa häntä sairaalassa, kolme
vai neljä päivää ennen kuolemata. (Aatos heinäkuussa 2012)

Aatoksen yksinäisyyden ajattelen liittyvän samanaikaisesti kaipuuseen tiettyä
ihmistä että yleisemmin kumppania kohtaan. Aatos kertoo yksinäisyyden olleen
mielessä myös nuorempana, kun ulkona tuli liikuttua ja katukuvassa näki paris-
kuntia. Tällöin mielen valtasi suru siitä, ettei itsellä ole ketään vierellä. Naisys-
tävän kuoltua Aatos kaipaakin samanlaista lämmintä ystävyttä: ihmistä jolle us-
koutua ja jonka lähellä on hyvä olla. Mielessä on toive, että vastaavanlainen
suhde voisi vielä uudestaan löytyä. Etenkin kipujen ja liikkumisvaikeuksien li-
säännyttyä helpottaisi, jos ajatukset saisi aika ajoin siirrettyä muualle. Erityisen

tärkeänä näyttäytyy mahdollisuus uskoutua jollekin toiselle. Menetetyssä parisuhteessa tämä oli onnistunut ilman kokemusta siitä, että olisi toiselle taakaksi, fyysisine rajoitteineen (Karlsson ja Borell 2002; Koskimäki 2016).

Kaipaa jotakin. Lähinnä kaipaa semmosta oikein lämmintä ystävyttä. Että jolle kaikki asiansa kertoa, että oikein sellasta hyvää ystävää. Jonka kanssa voi jutella asioita maan ja taivaan välillä. (Aatos maaliskuussa 2010)

Muutama vuosi myöhemmin Aatos kaipaa edelleen lämmintä ystävyttä, mutta sellaista ei ole enää rinnalle löytynyt. Intiimi läheisyyskään ei olisi pahitteeksi. Kyselylomakkeessa Aatos kertoo pitävänsä aktiivista sukupuolielämää sopivana ikäiselleen, mutta mainitsee mahdollisuudet siihen olleen olemattomat, kouluarvosanoin neljä. Myös vuodeosastolla ollessa, kun viimeisen kerran kohtasimme, naisystävän kaipuu oli edelleen mielessä. Seksiä ja siihen liittyvää läheisyyttä Aatos ei keskustelussamme ottanut esiin, mutta aikaisempien tutkimusten perusteella tiedetään, että seksuaaliseen aktiivisuuteen suhtaudutaan vanhojen ihmisten osalta edelleen varsin kielteisesti, eikä siihen juuri tueta. Ahtaus ja oman huoneen puute rajoittavat osaltaan laitoksissa asuvien elämää ja samalla myös mahdollisia haaveita seksin tai muun intiimin läheisyyden suhteen (esim. Tedre ja Pöllänen 1997, 91; Pohjolainen 1994, 190–192; Pinheira, Senra ja Saraiva 2014). Seksuaalisuuden ollessa sosiaalisesti säädeltyä (Ronkainen 1994, 35) liikkumiskyvyn menettäneelle ikääntyvälle kumppanin löytäminen ei varmasti ole helppoa, sillä sitä se ei aina ole nuoremmillekaan, vaikka erilaisia osallistumismahdollisuuksia olisi (Ojala ja Kontula 2002).

Ojalan ja Kontulan (2002) haastattelemista yksin elävistä miehistä useimmat kertoivat ujuden olleen esteenä kumppanin löytämiselle. Myös se, ettei pitänyt ravintolamiljööstä, rajoitti mahdollisuuksia tavata uusia ihmisiä, sillä se näyttäytyi ainoana paikkana, jossa voisi tehdä tuttavuutta toiseen sukupuoleen ilman että tulisi nolatuksi. (Mt., 100–111.) Aatoksen kohdalla kyse ei niinkään ole ujoudesta tai kyvyttömyydestä tehdä aloitetta, onhan hän itse aktiivisesti etsinyt myös puhelinkavereita (ks. s. 107), vaan ennen kaikkea fyysisistä rajoitteista, jotka ovat estäneet uusiin ihmisiin tutustumisen. Helena Ahponen (2008) on kuvannut vaikeavammaisten nuorten elämänkulkua pohtien myös rakastumisen, parisuhteen ja perheen perustamisen toiveita ja toteutumisia. Suurista odotuksista huolimatta, parisuhteeseen ja perheeseen liittyvät odotukset jäivät tutkimuksen nuorilla toteutumatta johtuen sekä vammaisuudesta ja sen näkyvyydestä tai sosiaalisesta haitasta että kulttuurista, tottumattomuudesta nähdä vammaisia henkilöitä parisuhteessa. Ympäristön asenteet estivät joitain nuoria

Aatos asuu pienessä kaksiossa rivitaloalueella runsaan kilometrin päässä keskustasta. Hän on asunut lähes aina samalla paikkakunnalla ja viettänyt vain yksittäisiä kuukausia muualla Suomessa. Aikoinaan Aatos työskenteli sekatyömiehenä ja eläkkeelle hän jäi viisikymppisenä. Nykyiseen asuntoonsa Aatos on muuttanut 1990-luvun alkupuolella.

Aatoksella on yksi tytär, joka asuu samassa pihapiirissä sekä lapsenlapsi, joka on muuttanut toiselle paikkakunnalle opiskelemaan. Aatoksen toinen lapsi kuoli nuorena ja melko pian sen jälkeen Aatos erosi lasten äidistä. Avioeron jälkeen Aatoksella on ollut pari pidempiaikaista naisystävää. Viimeisin kumppani menehtyi sairauteen pari vuotta sitten. Hänen kanssaan Aatos tapaili kolmisen vuotta, mutta ei asunut yhdessä.

Kyläilijöitä Aatoksella ei juuri käy, eikä hän itsekkään paljoa kulje kodin ulkopuolella, sillä liikkuminen on vaikeaa. Tärkeä yhteydenpitoväline on puhelin. Sen avulla Aatos pitää yhteyttä kauempana asuviin sisaruksiinsa. Muutaman viikon välein Aatos soittelee naistuttavan kanssa. Yhteydenpito alkoi, kun nainen etsi lehti-ilmoituksessa puhelin-kaveria. He pitivät yhteyttä myös lähettämällä postikortteja puolin ja toisin, pyhien aikaan ja muutenkin. Kasvotusten ystävykset eivät ole koskaan tavanneet, eikä se ole ollut suunnitelmisakaan. *Ei mitään vakavata. Ihan sellasta vaan, mutta kuitenkin ihan mukavaa*, Aatos kertoo heidän jutusteluistaan. Myös toisen puhelinkaverin kanssa on pidetty yhteyttä jo pidemmän aikaa. Hänet Aatos löysi sukulaisen kautta *lähes huutoetäisyyden päästä*, mutta kasvotusten eivät hekkään ole koskaan tavanneet. *Jos kovasti huutoo, niin ääni kuuluu, mutta en oo koskaan ainakaan nähny, että tuntis*, Aatos toteaa.

Vaikka Aatos on tullut naapureiden kanssa tutuksi ja pihalla tervehditään, hänellä on harvoja ystäviä tai läheisiä, joiden kanssa hän viihtyy pidempiaikoja. Viikoittain hän kuitenkin käy eläkkeensaa-jien yhdistyksen keskustelukerhossa. Siellä aika kuluu mukavissa merkeissä jutellen ja kahvitellen. Myös tanssimaan on päästy, mistä Aatos erityisesti iloitsee.

Kunnalta Aatos on saanut taksikortin, jolla hoituvat kauppa- ja muut asioinnit. Kauppareissulla Aatos näkee tuttuja ja vaihtaa heidän kanssaan kuulumisia, mutta yhdeksän matkaa kuussa tuntuu Aatoksesta turhan vähäiseltä. Toisinaan taksikuskit käyvät ostoksilla Aatoksen puolesta. Siitä kertoo Aatoksen kalenterimerkintä: ”Kesän ensimmäiset mansikat 21.6. Taksi toi torilta. 8 euroa litra.” Vuosikymmenien ajan Aatos on tehnyt pieniä merkintöjä kalenteriin, ikuistaen päivän sääilmiöt ja tapahtumat. Täytettyjä kalentereita on Aatoksen laskutoimituksen mukaan ainakin viitisenkymmentä.

Aatos kuvaa yksinäisyyden olevan *yleisesti semmoinen tunne*, ei niinkään yksittäiseen tilanteeseen liittyvä kokemus. Yksinäisyys oli mielessä jo nuorempana, kun Aatos näki pariskuntia kulke-massa kahdestaan ja *kun ei itsellä niin oo*. Myös lapsena Aatos koki olonsa yksinäiseksi ja hylätyksi, kun isän uusi puoliso oli sulkenut hänet perheen ulkopuolelle. Nyt vuosia myöhemmin yksinäisyys koskettaa kuitenkin syvemmältä. Mieli on maassa kun kipuja on paljon. Niiden kanssa yksin eläminen tuntuu Aatoksesta vaikeammalta hyväksyä kuin liikuntakyvyn menettäminen. Jos joku olisi vierellä, kivutkin helpottaisivat. Läsä on etenkin naisystävän kaipuu. Yksinäisyyden ikävyys nousee pintaan etenkin kun unta on vaikea saada. *Kyllähän se kun päivän elää yksinäisenä ja sitten yksinäisenä menee illalla pedille ja jos ei vielä saa unta niin se tuntuu aika ikävälle sillon*, Aatos toteaa.

Aatos kävisi mielellään *erilaisissa riennoissa*, jos vain kroppa toimisi. Parasta mitä Aatoksen mielestä lähivuosina voisi tapahtua, olisi saada seitsemän oikein lotossa. Sen avulla hän voisi hakeutua parhaalle lääkärille ja saada parasta mahdollista hoitoa. Lottovoiton siivittämänä hän lähtisi myös maailmanympärysmatkalle. *Sitten etin kielitaitosen oppaan, naisoppaan. Ei tartte nuori olla, mutta kuitenkin vähän nuorempi kun minä. Ja lähettäis sitten johonkin vaikka Hawaijille ensin ja siellä sitten päätettäis mihkä sieltä lähettään. Etukäteen ei muuta ku mihkä Suomesta lähettään ensin ja päätetään vastamine lähettään sieltä ja koska lähettään, Aatos miettii. Osan rahasta hän käyttäisi yhteiseksi hyväksi: ostaisi paikalliseen työväentaloon uudet äänentoistolaitteet.* ■

hakeutumasta tiloihin, joissa voi tavata toisia nuoria. (Mt., 139–140.) Myöhemmän iän parisuhteen muodostumiselle voi osaltaan olla samanlaisia esteitä, joskin asenteet ovat entisestään avartuneet (Öberg ja Biltgård 2014).

Ahposen (2008) mukaan nuorten vammaisuuteen suhtauduttiin myös kummeksuen ja torjuen. Kielteiset kokemukset tekivät araksi, eikä uusia ihmisiä uskallettu niiden vuoksi lähestyä. (Mt., 139–140.) Kielteisistä kokemuksista kirjoittavat myös Ojala ja Kontula (2002), sillä osa tutkimukseen osallistuneista yksin eläjistä kertoo menneisyydessä koetuista pettymyksistä, jotka ovat johtaneet varauksellisuuteen ihmissuhteissa. Parisuhteen muodostamisen vaikeuteen liittyviä yksinäisyyskuvauksia ei tutkimukseni ihmisten puheessa tullut yhtä vahvasti ilmi. Ainoastaan Lauri viittasi ohimennen ujoon luonteeseensa ja siihen, ettei ollut osannut avata suutaan oikeaan aikaan. Moni haastateltavistani oli kuitenkin kohdannut surua ja pettymyksiä aiemmissa ihmissuhteissa.

Aatoksella on ollut takanaan kaksi pitkää avioliittoa, joista ensimmäinen päättyi yhteisen pojan kuoleman jälkeen, sillä puoliset käsittelivät suruaan eri tavoin (Aho 2010). Vaimolle lohtua tarjosi liittyminen uskonnolliseen yhteisöön. *Minä en taas voinu lähteä siihen mukaan. Se on se joka mejän elämät ajo kyllä karille siinä*, Aatos kertoo. Toinen Aatoksen liitoista kariutui niin, *että hyvä ku hengissä selvis*. Helmi sen sijaan kertoo jääneen aikoinaan yksin pienen vauvan kanssa, mies kun oli lähtenyt toisen naisen matkaan. *Minä häntä niin rakastin*, Helmi lausui, vaikka suhde on ollut kaikkea muuta kuin helppo ja hyvien muistojen värittämä.

Myös Lauri kertoo molempien avioliittojen aikoinaan kariutuneen siihen, että puoliset ovat lähteneet toisen miehen matkaan. Pettymyksistä huolimatta Laurin ajatuksissa siintää kuitenkin toive uudesta avioliitosta, *joskin harvoin niitä tapaa sellaisia sopivia*. Lauri toteaa tässä iässä uuden naisystävän löytämisen olevan miehelle vaikeaa. Naisille se on hänen mielestään helpompaa. Ojalan ja Kontulan (2002, 99) tutkimus antaa kuitenkin toisenlaisia viitteitä, sillä etenkin naiset kertovat vaikeuksista löytää sopivaa kumppania ja siten solmia parisuhdetta. Myös Kirsi Pankarinkankaan (2004; 2007) mukaan miehet ovat naisia suotuisammassa asemassa uuden kumppanin löytymisen suhteen ja myös halukkaampia solmimaan uuden suhteen, sillä yksin eläminen on heille vaikeampaa kuin naisille. Ojala ja Kontula (2002, 75) toteavat yksineläjän yksinäisyydessä olevan vaikeinta se, ettei ole ketään jonka kanssa jakaa elämän iloja ja suruja tai ketään, jolta kysyä neuvoa hankalissa asioissa. Yksinäisyyden kokemus muodostui kuitenkin ennen kaikkea ulkopuolisuuden ja vierauden tunteesta suhteessa muihin ihmisiin: perheettömyys tai parisuhteettomuus nähtiin normaalista poikkeavana (mt., 80–83, 126–127). Kohtaamistani ikääntyvistä Anneli nostaa tämän näkökulman vahviten esiin, mutta pohtiessaan lähinnä lapsettomuutta, jota tarkastelen seuraavassa alaluvussa lähemmin.

Anneli on haastateltavistani ainoa niin sanottu vakiintunut yksineläjä, sillä hän ole koskaan ollut avo- tai avioliitossa. Kuten aiemmin toin esiin, Anneli ei juuri pohtinut ääneen kumppanittomuuttaan, mutta oli kyselylomakkeissa maininnut pariinkin otteeseen toiveestaan löytää uskovainen miesystävä. Avo- tai avioliitosta Anneli ei kertonut haaveilevansa, mutta miesystävästä olisi ollut seuraksi esimerkiksi mökille, jossa riitti kunnossapitotöitä ja mahdollisuuksia ympäröivän luonnon ihasteluun. Käen kukuntaa olisi ollut mukavampi kuunnella yhdessä kuin yksin. Keskusteluissamme Anneli kuitenkin pohti useaan otteeseen, että on tottunut yksin elämiseen ja myös nauttii omasta rauhasta ja itenäisestä elämästä.

Naimattomuus ja korkea ikä on erityisesti naiskysymys, sillä esimerkiksi Suomessa 90 vuotta täyttäneistä naimattomista valtaosa on naisia (Palkeinen 2005b, 30). Merkille pantavaa on, että joidenkin tutkimusten mukaan naimattomat iäkkäät naiset ovat yksin elävistä vähiten yksinäisiä (Zhang ja Hayward 2001, 318; Jong Gierveld 2003, 107). Hanna Uotila on tarkastellut iäkkäiden naimattomien naisten kokemuksia yksinolemisesta ja todennut heidän joutuvan painimaan negatiivisten stereotyyppien kanssa: naimaton iäkäs nainen näytetään usein surkeana, yksinäisenä ja sosiaalisesti eristäytyneenä (ks. Palkeinen 2005b). Uotilan haastattelemille naisille yksinoleminen näyttäytyi ennen kaikkea omana valintana, mutta sen kielteisiäkin seurauksia pohdittiin. Niitä ilmeni niillä, joilla yksinolon kielteisyys ja yksinäisyyden kokemukset tulivat esille heikentyneen toimintakyvyn ja elämää rajoittavien sairauksien myötä. Yksin viihtymisen takaa näyttikin löytyvän ehto terveyden säilymisestä: jos terveys heikentyisi, yksin elämisen hyvät puolet häipyisivät. (Mt., 33.) Tämä näkyy myös Annelin pohdintoissa. Harrastamiseen ja matkusteluun Anneli ei ole koskaan kaivannut kaveria, sillä sieltähän löytyy sitten aina porukkaa, mutta jos terveys heikkenee mahdollisuudet lähteä ja tavata uusia ihmisiä vähenevät. Elämän aikana luotujen suhteiden vähentyessä etenkin lapsettoman ikääntyvän sosiaalisessa verkostossa alkavat usein korostua suhteet ammatillisiin auttajiin, jolloin siitä tulee helposti vieras ja herkästi haavoittuva (Marin 2008, 74). Lapsettomuutta tarkastelen seuraavaksi lähemmin.

5.3 Lapsettomuus ja lapsenlapsettomuus

Kerroin Heikin menettäneen ainoan poikansa parikymmentä vuotta takaperin (ks. s. 98). Ikihyvä-tutkimuksen ensimmäisellä kyselykierroksella Heikki kirjoitti ympyröimänsä ”minulla ei ole lapsia” -vaihtoehdon viereen sanan ”enää”.

Myöhempiin kyselyihin hän jätti tarkennuksen kirjoittamatta. Menetettyä vanhemmuutta kuvaavaa sanaa (vrt. leskeytyminen) ei suomen tai englannin kieleen ole vakiintunut²⁶, mutta muun muassa Dykstra ja Wagner (2007) ovat nostaneet esiin lapsettomia ikääntyviä tutkittaessa olevan tarpeen tehdä erottelu elämänmittaiseen lapsettomuuteen ja siihen, että on elänyt omia lapsia pidempään, sillä lapsettomuuden kokemus voi näiden kokemusten myötä olla hyvin erilainen. Myös minä kuulin kertomuksia sekä menetetystä että toteutumattomasta vanhemmuudesta.

Oman lapsen kuolemaa voidaan varmasti pitää elämäntapahtumana, joka on odottamaton. Vanhempien ei oleteta elävän lapsiaan kauemmin, ja myös tilastollisesti lapsen menettäminen on harvinaista. (Dykstra ja Wagner 2007, 1491.) Lapsen menettämistä elämänkulunäkökulmasta tarkastellut Simon Rubin (1993) toteaa lapsen kuoleman olevan iänikuinen: tapahtuma, joka tulee aina olemaan jollain tapaa elämässä läsnä. Kun ensimmäisen kerran kohtasimme, Heikki kertoi edesmenneen poikansa lapsuudesta ja ajasta jolloin kolmihenkinen perhe oli koossa. Vaikka lapsen kuolemasta on toistakymmentä vuotta, edesmennyt poika on yhä ollut vahvasti läsnä Heikin arjessa: joka-aamuksella kävely- tai hiihtokierroksella ja ilmoittautumisella hautojen äärellä. Tavallisena päivänä Heikki kertoo kuulumiset ja jutustelee päivän säästä. Äitienpäivänä mukana on ruusuja, jotka Heikki asettelee puolisonsa haudalle, pojan viereen.

Puolitoista vuotta myöhemmin Heikki kertoi tarkemmin pojan kuolemasta ja sitä edeltäneistä tapahtumista. Kouluiässä Heikin poika halvaantui, eikä koskaan täysin toipunut siitä. Vuosia myöhemmin poika kuoli liikenneonnettomuudessa oman kotitalon läheisyydessä. Jo pojan sairastuminen oli käännekohta, joka muutti perheen elämänkulun suunnan (ks. myös Palomäki 2007, 55). Vuosien ajan elämää väritti huoli pojasta, mitä Heikki yhä muistelee elämänsä yhtenä vaikeimmista ajanjaksoista.

Poika oli terävä koulussa, poika oli terävä oppimisessa, se oli hyvä urheilussa, sil ol hyvä kaveripiiri, ja se oli suosittu. Sil oli hyvä äiti, liianki (liikuttuen), liianki hyvä. Isästä minä en arvosanaa anna, sen saa tehdä toiset. Mutta poika ei kestänyt sitä menetystä ja koulu rupes menee huonosti. Se viel ammattikouluun halus, muutti sitten tuolta oppikoulun toiselta luokalta (liikuttuen). Ja se meni hienosti läpi kun se oli mielenkiintoinen sille, ku oli autosta kysymys ja koneist. Nii se meni hyvin viel

²⁶ Englanninkielisessä tutkimuskirjallisuudessa käytetään sekä puolison että lapsen kuoleman yhteydessä sanaa "bereavement" ja usein puhutaan lapsen menettämisestä (child loss) tai lasta pidempään elämisestä (outliving children).

mutta sitten kaveripiiri rupes muuttumaan, ja sitten kävi lopult sil tavalla, että tossa tossa rist meidän risteyksessä ni se ajo mopon kanssa taksin eteen ja kuoli siihen. Siitä alko sitten vaimoni vaimoni sairaus, joka jossain vaiheessa todettiin Alzheimerin taudiksi. (Heikki heinäkuussa 2012).

Aikuisen lapsen menettämisestä on kirjoitettu varsin vähän, ja useimmissa tutkimuksissa on käsitelty pienen lapsen kuolemaa (esim. Dyregrov ja Dyregrov 1999; Laakso 2000; Aho 2010). Sodankäynnissä lapsensa menettäneitä tutkineen Rubinin (1993) mukaan nuoret vanhemmat sopeutuvat usein lapsensa menettämiseen paremmin kuin iäkkäämmät vanhemmat, sillä heidän sosiaaliset verkostonsa voivat olla kapeammat ja resurssit sopeutua muutokseen vähäisemmät, esimerkiksi heikentyneen toimintakyvyn vuoksi. Pearl Dykstra ja Michael Wagner (2007) havaitsivat tutkimuksessaan lapsensa menettäneiden naisten olevan myöhemmällä iällä erityisen haavoittuvassa asemassa, sillä heillä on muita pienempi sosiaalinen verkosto ja he ovat muita tyytymättömpiä elämäänsä.²⁷ Vuosienkin päästä lapsensa kuolemasta iäkkäämmät vanhemmat voivat kokea aikuisen lapsen kuoleman yhtenä elämäänsä määrittävimpänä tekijänä (Rubin 1993, 299). Näin on toki myös nuorempien vanhempien kohdalla (Dyregrov ja Dyregrov 1999).

Riitta Moren (2005) on kirjoittanut vanhempien surusta todeten monen vanhemman tuntevan osan itsestään kuolevan lapsen mukana, sillä lapsi edustaa vanhempien ja suvun elämän jatkumista ja tulevaisuutta, mikä säilyy aikuisikään saakka. Morenin mukaan ”vanhemmat kohdistavat jokaiseen lapseen tietoisia ja myös tiedostamattomia odotuksia ja toiveita, jotka jäävät toteutumatta kun lapsi kuolee. Erityisen raskas on niiden vanhempien osa, jotka menettävät ainoan lapsensa ja joutuvat käytännössä luopumaan vanhemmuuden tehtävistä kokonaan. Mielessään he kuitenkin säilyttävät äitinä ja isänä olemisen mielikuvan.” (Mt., 31–32.) Pojan kuolemasta huolimatta Heikin vanhemmuuden polku ei ole katkennut. Hänelle haudoilla käynti on ollut keino ylläpitää isyyttä, vanhemmuuden roolia, johon hän aikoinaan puolisonsa kanssa kasvoi.

Lapsen kuoleman jälkeiseen suruun liittyy keskeisesti surevan omaan identiteettiin, elämään ja tulevaisuuteen, mutta myös sosiaaliseen ympäristöön liittyvien asioiden tarkoituksien ja merkityksien etsiminen sekä niiden uudelleenrakentaminen (Aho 2010, 14–15). Omaa tämän hetkistä ”lapsettomuuttaan”

²⁷ Kaiken kaikkiaan lapsen kuoleman vaikutukset hyvinvointiin myöhemmissä elämänvaiheissa näyttäytyivät kuitenkin odotettua vähäisempinä. Saksan ja Alankomaiden vertailussa tutkijat havaitsivat lapsensa menettäneiden saksalaisten sopeutuneen elämäänsä paremmin, minkä arvelevat viittaavan siihen, että Saksassa siviilisäädyllä on vanhemmuutta suurempi merkitys ikääntyvien hyvinvoinnille. (Dykstra ja Wagner 2007; 1512–513.)

Heikki pohtii vain ohimennen, miettiessään miten kotitalolle käy kun aika hänestä jättää. Heikin isän kuoltua lapsuuden kotipaikka oli aikoinaan jäänyt sisarusten käyttöön, mikä on Heikille tärkeä muisto. Samalla tavalla oma kotipaikka, itse istutettuine koivukujineen, olisi mukava siirtää nuoremmille sukupolville. Heikki kuitenkin uskoo talonsa joutuvan maan tasalle, sillä se on rakas ainoastaan hänelle itselleen, toisin kuin isän aikoinaan rakentama talo, joka on nyt jätetty sisarusparven kesken.

Kun mä tiedän siitä, että semmonen mökki mikä meillä tuolla on, niin se on meille kaikille henkinjääneille lapsille, ni se on äärettömän rakas rakennus, eikä sitä oo raaskittu hävittää, myydä pois. Niin ja se on kuitenkin hyvin alkeellinen, se on ollu, luulisin että se on ollu savupirtti, kun minäkin olen siihen mökkiin tullu, minä olen siinä mökissä ensimmäiset elämäni ajat viettäny. Mustat hirret ja mustat kattolamput hirsien päällä oli ja isä teki viereen sitten semmosta kammaria, sanottiin silloin siis, kun nyt olis tuolla makuuhuone, teki siihen semmosen ja myöhemmin teki toisen, jossa minäkin asuin sitten poikamiehenä vielä, kunnes tulin tänne. (Heikki maaliskuussa 2010).

Heikin siskolla on useampia lapsia ja lapsenlapsia ja Heikillä on heihin lämpimät suhteet. Sen jälkeen kun Heikki jäi leskeksi, osa siskon lapsenlapsista on ottanut tavaksi käydä kerran vuodessa häntä tervehtimässä. Heikki kertoo arvostavansa suuresti sitä, että he pitävät yhteyttä. Katkera lapsettomuudestaan hän ei ole, mutta toivoo muiden ihmisten ymmärtävän, millainen merkitys jälkikasvulla on. Minä ihmettelen sellaisia ihmisiä, jotka ei osaa ymmärtää minkälainen arvo se on ihmiselle, että on jälkikasvu olemassa, Heikki pohtii ja antaa ymmärtää, että joillekin hänen ikätovereilleen lasten ja lastenlasten olemassaolo näyttäytyy itsestäänselvyytenä. Itselle tärkeiden ihmissuhteiden merkityksellisyyden huomaakin usein vasta kun ne tavalla tai toisella horjuvat. Kaikkein läheisimmät ihmiset kun ovat usein osa arkea: sitä jota on kaikkialla, mutta ei oikeastaan missään.

Ikääntyvä lapseton kohtaa usein enemmän menetyksiä kuin uusia ihmissuhteita, sillä lapsettomuus merkitsee myös sitä, ettei ole lapsenlapsia. Leena Eräsaaren (2002, 13) mukaan isoäidin rooli on yksi hienoimmista, jonka nainen voi kohdata, ja merkittävintä isoäitinä olemisessa on sukupolvien ketjuun liittyminen ja tieto oman elämän jatkumisesta. Isoisyys ja siten myös miehet jäävät Eräsaaren tarkastelun ulkopuolelle, mutta vastaavanlaisia kokemuksia on myös heillä. Voi olla, että nykypäivänä isoisät haluavat olla lastenlastensa elämässä aktiivisesti mukana ja isoäitien kanssa tasavertaisessa asemassa, sillä isoisyyys on

myös mahdollisuus rakentaa uudelleen suhde perhe-elämään, josta on kertaalleen jo irtautunut (Sorensen ja Cooper 2010). Myös mies saattaa kaivata lapsenlapsia avoimesti tai jopa kokea syyllisyyttä niiden puuttumisesta. (Lumme-Sandt ja Lyyra 2013, 261–262.) Merkittävästä isovanhemmuuden kokemuksesta voi jäädä paitsi niin lapseton kuin se, jolla on lapsi. Isovanhemmuuden kaipuusta kertookin ennen kaikkea Anja, jolla on yksi lapsi, mutta ei lapsenlapsia. Nyt puolison kuoleman jälkeen Anja uskoo, että elämässä olisi enemmän merkitystä, mikäli hänellä olisi lapsenlapsia.

Mä sanon, että mä oon ihan niinku tämmönen juureton puu. Ihan niinku mulla ei olis juuria ollenkaan. Mulla ei oo mitään sellasta elämissenhalua, ei minulla ole. Tottakai sitten minä aina kun menee niin kun nytkin olin siellä pojalla pyhänä ja mihkä aina menee, niin siellä se taas niinku unohtuu.

Mutta semmosta tyhjämpäivästä se on tässä [kotona] olevinaan. Ettei sillä oo mitään tarkotusta, ei ei ei. Vielä jos olis lastenlapsia, että jollakin tavalla. No käy tässä sitten sen veljeni pojan lapsia joskus. Juoksee ympäri ja ympäri mahdotonta vauhtia (naurahtaen). Mutta on se tota, niin tyhjää se on. (Anja maaliskuussa 2010)

Nykypäivänä perheissä on vähemmän samaan sukupolveen kuuluvia sisaruksia, mutta peräkkäisiä perhesukupolvia on elossa enemmän kuin koskaan aikaisemmin historiassa (Bengtson, Biblarz ja Roberts 2002; Haaviola-Mannila ym. 2009). Isovanhemmilla ja lastenlapsilla saattaa olla yhteistä elinaikaa jopa 30–40 vuotta, ja suhteet voidaan kokea entistä tiiviimmiksi, sillä lapsia ja lapsenlapsia on lukumääräisesti vähemmän (Rotkirch ym. 2010; Lumme-Sandt ja Lyyra 2013, 253). Näiden muutosten valossa lapsettomuus ja lapsenlapsettomuus voi aiheuttaa erityisen suurta surua, jos ystävät ja tuttavat viettävät paljon aikaa jälkikasvun kanssa, eikä itsellä sellaisia ole.

Toisin kuin Anjalla, Annelilla ei ole lapsia, eikä hänellä siten ole ollut mahdollisuutta saada lapsenlapsiakaan. Kun ensimmäisen kerran tapasimme, en ottanut Annelin lapsettomuutta puheeksi, mutta hän teki sen itse pohtiessaan hetkiä, jolloin olo tuntuu yksinäiseltä.

Tässäkin nyten kun nää naapurit niin niillähän käy tietysti lapset ja lapsenlapset (naurahtaen) ja meikäläisellä ei oo ketään semmosia tuttuja jotka kävis sillä tavalla. Tossa kun oli just se palmusunnuntai ne meni ne lapsenlapset virpomaan. Joskus tässäkin on sillä tavalla käyny, mutta minäkin kun ne tulee kymmenen aikaan niin oon taas tuolla messussa. Sillai tosiaan joskus kokee aina kun joillekin tulee. Tällä yhellä

rouvalla on ihan tuossa naapurissa, mutta sitten jos on kauempana niin eihän nekään käy sitten kovin usein. Seijallakin on sitten tuolla Vaasassa, mutta hänhän saattaa olla siellä pitkän aikaa, toista kuukautta. Yli kuukauden saattaa sitten olla sielläkin, että on pitkälti sitten vähän hoitamassa niitä lapsia. Ja tämä nyt sitten joka lähti täältä tämä Aino-mummo, sillähän on kolme lasta tässä lähellä ja lapsenlapset. Mutta kyllä ne lapsenlapset tässäki aika harvoin, kävi nyt kuitenkin tässä. Sil-lonhan sen kokee kun joillakin sitten kävi. (Anneli maaliskuussa 2010)

Samaan hengenvetoon Anneli kuitenkin toteaa tietävänsä monia isovanhempia, jotka kaipaisivat enemmän omaa aikaa kuin mitä lapset ja lapsenlapset ovat ”sal-lineet”. Sekään ei Annelista olisi mukavaa, sillä hän kaippaa myös omaa aikaa ja rauhaa. Annelista lapsettomuudessa kielteisintä on se, että asiat tapahtuvat usein perheellisten ehdoilla. *Kaikki juhlapyhät pitää aina sitten suunnitella vä-hän, että mitä sitten tekee. Perheillä on tietenkin se oma perhe, että sen kanssa sitten*, Anneli pohtii ja kertoo juhlapyhien olevan perheettömälle vaikeimpia ai-koja, sillä vanhemmat viettävät ne lastensa kanssa, eikä tapahtumia juuri ole. Tämän vuoksi ne on suunniteltava tarkkaan ennakkoon (Pajunen 2011, 84–86; Tiilikainen ja Karisto 2016). Myös arkisin Anneli on törmännyt siihen, ettei per-heellisistä ole lähtijöiksi tai seuraksi siinä määrin kuin Anneli toivoisi. Lenkille olisi mukava lähteä jonkun kanssa, mutta esimerkiksi naapurissa asuva suurper-heen äiti lenkkeilee mielummin yksin.

Tossakin mä joskus Kaijallekin sanoin että ”lähetääns lenkille” ku se lähtee lenkille mie sitten sanoin ”mahaks sä lähtee” se sano et ”joo voi sitä lähtee” mut että hän tykkää kulkee ihan itekseen kun hänellä on ollu kuus lasta. (Anneli heinäkuussa 2012)

Monissa kulttuureissa vanhemmuus näyttäytyy yhä ”normaalina” ja odottavissa olevana osana elämänkulkua. Dykstra ja Hagestad (2007, 1277) käyttävät käsi-tettä elämän standardikäsitteitä (*engl.* standard life script), joka ohjaa yksi-löiden odotuksia siitä, mitä elämän tulisi tuoda tullessaan, rakentaen samalla eräänlaisia kiintopisteitä, joiden kautta omaa ja muiden elämää arvioidaan. Täl-laisia käsitteitä voidaan kutsua myös elämänkulun kansanpsykologiaksi (*engl.* folk psychology of the life course), jotka heijastuvat osaltaan myös sosiaa-lipolitiikkaan, kuten perhe-etuuksiin, koulutuspolitiikkaan ja työelämän raken-teisiin (Hagestad ja Neugarten 1991; Settersten ja Hagestad 1996). Suomessa on kannettu huolta erityisesti yksin asuvien lapsettomien taloudellisesta eriarvoi-suudesta suhteessa perheellisiin ja kumppanin kanssa asuviin (Kauppinen ym.

2014). Ikääntyvällä lapsettomalla ei myöskään ole aikuisia lapsia, jotka voivat toimia vanhempiansa ”tulkkeina” ja ”asianajajina” erilaisten palveluiden parissa (esim. Choi 1994; Melkas ja Jylhä 1997, 13). Sillat eri-ikäisten välillä saattavat olla hauraita, mikä voi osaltaan vaikeuttaa sopeutumista muuttuviin sosiaalisiin suhteisiin ja ajan tuomiin muutoksiin (Hagestad ja Uhlenberg 2005).

Yhä useampi tekee kuitenkin tietoisien valinnan elää ilman lapsia (Dykstra ja Hagestad 2007, 1289–90). Annelikaan ei ole sen suuremmin omia lapsia kaivannut ja pohtii sen johtuvan työhistoriastaan, jonka kautta hän on kohdannut surullisia tapauksia niin biologisesta kuin kasvattivanhemmuudesta. Perheettömänä yhteys muihin ihmisiin tuntuu kuitenkin löyhemmältä ja ymmärrän Annelia painavan ennen kaikkea se, ettei hän aina koe olevansa merkityksellinen ja tärkeä tosille ihmisille. Annelin tavoin Lauri ei ole koskaan saanut lapsia, mutta toisin kuin Anneli hän kertoo haaveilleensa vanhemmuudesta. Lauri on eronnut aikoinaan vaimostaan sen vuoksi, että olisi halunnut lapsia, eikä häntä vanhempi puoliso voinut lapsia enää saada. *Nuoremmat naiset eivät enää lähteneet matkaan*, Lauri toteaa. Hänestä ei siis koskaan tullut isää. Miesten lapsettomuudesta on puhuttu ja kirjoitettu vähän, mutta ilman lasta (tai lapsenlasta) eläminen voi olla myös miehelle kipeä asia, jos läsnä on toive siitä, että saisi kohdistaa hellyyttään ja huolenpitoaan lapseen (Huttunen 2001, 128; Lumme-Sandt ja Lyyra 2013, 261).

Dykstra ja Hagestad (2007) ovat tarkastelleet erilaisia lapsettomuuteen johtaneita elämänpolkuja, pohtien muun muassa sitä, miten ensimmäisen työn aloittamisen ja kotoa muuttamisen ajankohta ja koulutukseen käytetyt vuodet ovat vaikuttaneet siihen, että jälkikasvua ole saatu tai haluttu. Tutkijat vertailevat sekä naimattomia, naimisissa olevia että eronneita ikääntyviä ja esittelevät tyypittelyjä, joista on löydettävissä sekä Annelin että Laurin elämänpoluille tyypillisiä piirteitä. Hagestadin ja Callin (2007) mukaan iäkkäiden naimattomien ja lapsettomien keskuudessa etenkin miehet ovat usein jääneet vanhempiansa luokse asumaan, koulutus on jäänyt vähäiseksi, eikä kotoa ole oikeastaan koskaan irtautuduttu. Laurin kohdalla näin ei ole käynyt, mutta ajoitukset eivät syystä tai toisesta ole sattuneet kohdalleen, sillä ensimmäisen vaimon kanssa lapsista ei haaveiltu ja toisen kanssa niitä ei saatu. Naisten keskuudessa tyypillisempää on ollut vanhempien sukupolvien hoivaan sitoutuminen: oman elämän saatetaan kokea alkaneen vasta kuusikymppisenä, kun omia vanhempia ei ole enää ollut hoivattana. (Mt., 1349–50.)

Elderin (1995, 112) mukaan naimattomat aikuiset kokevat olevansa naimisissa olevia vähemmän riippuvaisia muista ihmisistä, kun taas Hagestad ja Call (2007, 1351) pohtivat, että linkittyminen toisiin ihmisiin voi itseasiassa olla se jokin, joka on pitänyt heidät naimattomina. Samaa ovat todenneet Connidis ja McMullin (1996) joiden mukaan etenkin ikääntyvien naisten keskuudessa on

Anneli asuu rivitalokaksiossa pienehköllä paikkakunnalla, jonne hän alun perin muutti ollakseen lähellä nyt jo edesmennyt äitiään. Annelilla ei ole lapsia, eikä hän ole koskaan ollut naimissa. Toisella paikkakunnalla asuvia sisarusiaan Anneli näkee harvoin, mutta etenkin siskokset pitävät puhelimitse yhteyttä viikoittain.

Annelilla on paljon harrastuksia. Hän käy aktiivisesti muun muassa seurakunnan tilaisuuksissa. Entisellä kotipaikkakunnallaan Anneli kävi usein myös uimahallissa, nykyisen kodin lähellä sellaista ei ole. Anneli on ollut mukana linturekillä, mutta paikkakunnalla on järjestetty niitä Annelin mukaan valitettavan vähän. Lintujen seuraaminen on pienimuotoisen puutarhanhoidon lisäksi Annelille mieluista puuhaa. Arkipäivän toistuva täyttämisen menoilla ei kuitenkaan tunnu hänestä oikealta, sillä myös omaa aikaa on oltava. *Joku sano, että eläkkeellä on aina kiire. Tietysti sitten jos on jatkuvasti menossa, mutta mä en ainakaan jaksa enää semmosta, että oisin jatkuvasti menossa*, Anneli toteaa.

Annelin ystäväpiiri on levinnyt laajalle, sillä hän on aikoinaan muuttanut työn perässä paikkakunnalta toiselle. Eläkkeelle Anneli jäi hieman päälle kuusikymppisenä. Hänellä on ollut monia ystäviä elämän varrella, mutta pitkien välimatkojen vuoksi yhteydenpito heihin on lähinnä puhelimen varassa. Muutama vuosi sitten Anneli huomasi lehdessä miehen ilmoituksen, jossa tämä kertoi kaipaavansa juttuseuraa etenkin pitkien pyhien aikana. Anneli päätti ottaa yhteyttä mieheen. He ovat jonkin aikaa soitelleet ja jutelleet niitä näitä. Ikihyvä-lomakkeeseen Anneli merkitsi miehen soiton ystävänpäivänä olleen edellisvuoden kohokohta.

Myös naapureiden suhteen Anneli pyrkii olemaan aktiivinen. Televisiota hänellä ei ole, mutta ajan käydessä pitkäksi Anneli on kysynyt naapurissa asuvilta tuttaviltaan, saako hän tulla kyläilemään. Anneli kertoo, että hänet on aina toivotettu tervetulleeksi. Annelista on mukava olla tekemisissä naapureiden kanssa ja osoittaa huomaavaisuutta heitä kohtaan. Aamuisin hän kantaa lehden naapurissa asuvan rouvan kuistille ja muille rivitalon asukkaille tulee vietyä leipomuksia. Osa naapureista on Annelin tapaan iäkkäämpiä, yksin eläviä

naisia, osa taas nuorempia perheitä. Naapureiden kanssa tavatessa jutellaan ja aika ajoin laitetaan pihaa talkoovoimin kuntoon. Yhteydenpito naapurustossa saisi Annelin mielestä olla tiiviimpäkin.

Vaikka Annelilla riittää tekemistä, erityisesti talvisin hänellä on tunne, että ylimääräistä aikaa jää. *Aika ankeeta ja yksinäistä tässä sitten se eläminen on sillon tosiaan*, kuvaa Anneli päiviä, jolloin yhteyttä muihin ihmisiin ei syystä tai toisesta ole ollut. *Mutta kyllä minä sitten aina melkein soitan jollekin*, hän jatkaa. Anneli kertoo suunnittelevansa juhlapyhien vieton ennakkoon. Perheettömänä yksinäisyys nousee tällöin helposti mielen päälle, jos tekemistä ei ole. Hän viettää usein joulun sisarensa luona, mutta viime jouluna hän oli päättänyt kokeilla jotain uutta ja viettää joulun hotellissa toisella paikkakunnalla. Vaikka matkaan tuli lähdettyä yksin, on Anneli tyytyväinen siihen, että joulun pyhinä oli ollut seuraa.

Anneli kertoo yksinäisyyden nousevan mieleen erityisesti mökillä. Vaikka mökillä puuhastelu, uinti ja veneily ovat mieluista tekemistä, Anneli huomaa usein mökillä pohtivansa, miksi sinne tuli jälleen lähdettyä. *Aina kun mökille menee niin tuntus että olis kiva, että olis seuraa. Sinne on ihan kiva mennä, mutta aina kun vähän aikaa on, niin tuntuu, että olis se kiva, jos olis joku joka tulis myös. Se tuntuu vähän sellaselta ahistavalta*, hän miettii. Aikaisemmin hän kävi mökillä yhdessä ystävien kanssa ja usein sinne jäätiin porukalla myös yöksi. Viime vuosina seura on jäänyt vähemmälle, sillä moni ystävästä on luopunut autostaan. Yöksi kukaan ei ole enää jäänyt, mikä harmittaa Annelia. Kesäisin hän viihtyisi mökillä pidempäänkin, mutta ei aivan yksin. *Ihminen on kuitenkin luotu toisen seuraan*, Anneli toteaa.

Toisinaan yksinäisyys on läsnä myös kotona, jossa Annelin päivät kuluvat lukien ja radiota kuunnelleen. Se, ettei lapsia ja lapsenlapsia ole, tuli mieleen esimerkiksi edeltävänä sunnuntaina, kun virpoja kulki naapurustossa. Toisaalta sekään ei olisi Annelista mukavaa, jos lapsia ja lapsenlapsia olisi ja he kyläilisivät liian usein. Silloin ei jäisi omaa aikaa. Annelin mukaan moni iäkäs pakenee yksinäisyyttä tiukkojen viikko-ohjelmien taakse, touhua liikaa, eikä anna itselleen aikaa. ■

paljon heitä, jotka ovat omistautuneet vanhempiansa ja isovanhempiansa hoivalle ja huomanneet myöhemmällä iällä jääneensä ilman parisuhdetta ja lapsia. Nuorempien sukupolvien kohdalla tilanne voi olla hyvinkin samanlainen, sillä aikoinaan yhteiskunnalle siirrettyä hoivaa ja huolenpitoa puretaan ja siirretään nyt entistä vahvemmin takaisin perheille (vrt. Anttonen 2009). Myös Anneli on aikoinaan omistautunut sekä työelleen että iäkkään äitinsä hoivalle, mikä on osaltaan voinut vaikuttaa siihen, ettei hän koskaan ole löytänyt kaipaamaansa kumppania ja sen myötä perustanut perhettä.

Vastentahtoisen lapsettomuuden myötä koetusta lapsen kaipuusta lapsettomat haastateltavani eivät kertoneet vaan läsnä oli ennen kaikkea pohdinta siitä, miten muut ihmiset ja ympäröivä yhteiskunta heihin suhtautuvat²⁸. Tiedetään, ettei lapsettomuuden ”stigma” näyttäydy yhtä vahvana kuin vuosikymmen takaperin: stereotypiat lapsettomista vastuuttomina ja itsekeskeisinä aikuisina ovat hälventyneet (Dykstra ja Hagestad 2007, 1284), mutta osalle lapsettomista kokemus eriarvoisuudesta voi olla hyvin vahvasti läsnä, jos ympäröivässä kulttuurissa lasten ja vanhempien muodostama perhe näyttäytyy normina (Ojala ja Kontula 2002; Raitakari 2010), kuten Annelin osalta toin esiin. Dykstra ja Hagestad (2007, 1295) arvelevat perheellisen ihmisen elämän rytmin, rakenteen ja roolien olevan aina jollain tapaa annettuja, kun taas lapsettomalle ikääntyvälle valmiita käsikirjoituksia ei ole tarjolla: elämä on sävellettävä ikään kuin puhtaalta pöydältä. Nuorempien sukupolvien kohdalla tilanne voi olla toinen, jos ja kun erilaiset sosiaaliset polut ovat kaikille yhä vapaammin valittavissa.

5.4 Työelämästä irtautuminen

Viimeisin esimerkkini menetetyistä sosiaalisista rooleista liittyy työelämään, jolla on kohtaamieni ikääntyvien elämänsäkulussa ollut keskeinen rooli. Valtaosa heistä on aloittanut työn tekemisen nuorena ja sen tekemistä on arvostettu. Eläkkeelle he olivat jääneet vuosia, jopa vuosikymmeniä ennen kuin ensimmäisen kerran kohtasimme, mutta haastatteluissa palasimme usein työelämässä vietettyihin vuosiin tai sieltä irtautumiseen.

²⁸ Lapsen kaipuusta ei omassa aineistossani puhuttu, mutta varmasti on myös ikääntyviä, joille vastentahtoinen lapsettomuus on ollut voimakas ja surua aiheuttava kokemus, josta ei välttämättä koskaan pääse irtautumaan. Matthews ja Matthews (1986) ovat käyttäneet käsitettä ”role blocking”, jolla viittaavat taakkaan, jonka toivotun vanhemmuuden roolin toteutumatta jääminen aiheuttaa. Tällöin vasten tahtoaan lapsettomaksi jääneet voivat puhua henkilökohtaisesta epäonnistumisesta kokiessaan elävänsä vastoin normatiivisia odotuksia (Dykstra ja Hagestad 2007, 1278).

Raija Julkunen (2003) on tarkastellut viisi- ja kuusikymppisten suomalaisten miesten ja naisten kokemuksia eläkkeelle jäämisestä todeten työn lopettamiseen liittyvien tunteiden kulttuurisen luonteen olevan ambivalenttia: helpotusta, houkutusta, häpeää, oikeutta, velvollisuutta ja vääryyttä. Tutkimukseen osallistuneiden haastateltavien kuvauksissa läsnä oli helpotus siitä, että iän myötä vaativammaksi käyvästä työstä sai luopua. Samalla se oli houkutus uudesta alusta: aikaa ja tilaa olisi kaikelle sille, mikä työssäkäydessä piti siirtää sivuun. Eläke näyttäytyi myös yhteiskunnan antamana oikeutena. (Julkunen 2003, 47–66; ks. myös Julkunen 2013.) Toisaalta työpaikan antaminen nuoremmille, erityisesti irtisanomis- ja saneeraustilanteessa saattoi näyttäytyä myös ikääntyneen velvollisuutena (Julkunen 2003, 223–253; Spännäri 2008, 256). Työelämästä irtautumiseen liittyi kuitenkin myös häpeänsävyinen sosiaalisen identiteetin menetyks, joka korostui etenkin niiden keskuudessa, jotka olivat jääneet työstä pois vasten tahtoaan tai vain ”päällisin puolin” vapaaehtoisesti työttömyyseläkeputken kautta. Työ piti virkeänä ja elämässä mukana, ja eläkkeelle siirryttäessä siirryttiin vanhojen ihmisten sosiaaliseen tilaan, lähemmäksi elämän loppua. (Julkunen 2013, 71.)

Myös Espanjan Aurinkorannikolle muuttaneiden eläköitymiseen liittyviä kokemuksia tarkastellut Karisto (2008, 314–315) on todennut eläkkeelle jäämisen kokemuksen olevan kaiken kaikkiaan kaksijakoinen: se on vapauttavaa, mutta samalla merkki ja muistutus omasta vanhenemisesta, joka voidaan kokea jopa ”sosiaaliseksi kuolemaksi” (Phillipson 1987). Harvat halutut roolit liittyvät työn jälkeiseen elämään, eikä vapaa-aikaan liittyvää toimintaa useinkaan pidetä työn veroisena. Sinne siirtyminenäkään ei aina käy helposti: ”Kuinka suomalainen mies ryhtyisi yks kaks keräilemään postimerkkejä, jos hän ei ole kuuteenkymmeneen vuoteen näin tehnyt?” pohtii yksi Aurinkorannikon asukeista (Karisto 2008, 314–315.) Eläkkeelle siirryttyään ihminen on tavallaan vapautettu yhteiskunnan odotuksista, mutta tuo vapaus voi kääntyä kielteiseksi, jos ihminen itse kokee, että hänellä on vielä yhteiskunnalle paljon annettavaa, mutta muut eivät sitä halua vastaanottaa (Spännäri 2008, 256).

Julkunen (2013) ja Kariston (2008) tavoin huomasin työelämästä irtautumiseen liittyvän monenlaisia tunteita: helpotusta ja vapautta, mutta myös arvottomuuden ja vääryyden tunteita. Arvottomuuden tunteita toi vahvimmin esiin Eini, joka on omannut vahvan työläisidentiteetin. Einille eläkkeelle jääminen oli odotettu rajapyykki, sillä hän oli tehnyt pitkän työuran fyysisesti raskaan työn parissa. Yhdessä puolison kanssa vietetyt vuodet olivat Einin mukaan ”elämän

parasta aikaa” (Pajunen 2011, 99), mutta puolison kuoltua ja oman liikkumiskyvyn huononnettua Eini on kohdannut toisenlaisen eläkeläiselämän²⁹.

Mie en tunne mielestäni vihaa sitä yksinäisyyttä kohtaan. Minä tunnen sen ku maailma on niin eriarvonen. Ku maailma arvostaa nuoria. Se ei minkäänlaista arvoa anna vanhalle ihmiselle. Ja nuoret opetetaan siihen tai ehkä sitä oli itekin silloin semmonen, että sitä ei huomioinu sitten niitä vanhempia. (Eini joulukuussa 2009)

Eini pohtii moneen otteeseen kokevansa olevan eriarvoinen kuin muut, etenkin nuoremmat ihmiset, mihin palaan myös tuonnempana, ruumiin rajallisuutta tarkastellessani. Jenni Spännäri (2008) kuvaa niin sanotulle nousun sukupolvelle (Roos 1987), johon kohtaamani ikääntyvätkin kuuluvat, olleen keskeistä työn ja yhteiskunnan rakentaminen. ”Yhdessä tehtyä jälleenrakennusta ja hyvinvointia pidetään tärkeänä ponnistuksena, ja osana tätä myös omalle työlle kaivataan arvostusta. Kun on aherrettu yhteisen hyvän eteen, kuuluu siitä myös korvaus esimerkiksi terveydenhuollon ja eläkkeen muodossa” Spännäri kirjoittaa, mutta huomauttaa, että osalle tuo palkinto on jäänyt saamatta 1990-luvulla alkaneen hyvinvointivaltion palvelujen karsimisen myötä. (Mt., 61.) Einille murhetta ovat aiheuttaneet pienet eläketulot, jotka riittävät nippa nappa elämiseen ja sairaalakuluihin. Töitä Eini on tehnyt pitkän aikaan ennen 1960-lukua, jolloin työeläkettä vasta alkoi kertyä.

Työeläkehän on tullu vasta kuuskymmentä vuotta vai mitä se tuli voimaan, että neljäkymmentä prosenttia on minulla työeläkettä. Ja minun oma työeläke sitten kun on kuitenkin ku minä oon pitkäikäi aikaa ollu töissä sitten niin, se silloin ku se rupes tulemaan tuli voimaan se ei oo ollu silloin kun minä oon työelämän alottanu. Sitä hyvitetiin meille sitten, silloin vähän maksettiin niistä vanhoista, työvuosista mitä ol tehtynä, että minäkin sain sen, niistä kaikista ku minulla ol pitkä työura. (Eini heinäkuussa 2012)

Eini on myöhemmin saanut kompensatiota tehdystä työstä, mutta taloudellisesti hän on viime vuodet ollut tiukilla, sillä kuluilta ei ole voinut välttyä. Einin puheesta paistaa kuitenkin voimakas pärjäämisen eetos (Kortteinen 1982).

²⁹ Eininkin kohdalla kyse voi olla niin sanottu kuherruskuukausi-ilmiöstä eli eläkkeelle siirtymisen jälkeinen vuoden, parin aktivoitumiskausi, jolloin pyritään realisoimaan lykätty haaveet ja tekemiset (Julkunen 2013, 75).

Minä en lähe sosiaalivirastoihin mittään lappuja täyttämään. Tässä asunnossa minä maksan vuokrani ja elän omine rahoineni ja minä en oikein tilivollinen rahoistani vielä kellekään, Eini pohtii ja kertoo käyneensä katsomassa palvelutalossa sijaitsevaa asuntoa. Se on kuitenkin ollut liian kallis, hinnaltaan moninkertainen nykyiseen verrattuna. Eläketulojen riittävydestä tai pikemminkin riittämättömyydestä kertoo myös Lauri, joka pohtii useammassa yhteydessä sitä, etteivät tulot riitä mihinkään ylimääräiseen. Raha-asiat painavat mieltä ja ovat osaltaan syypää myös yksinäisyyteen. Siinä on yks juttu kans suurtekijä kun tarvis ollaan mahottoman paljon tota rahaa aina käytössä. Kyllä mie menisin vaikka mihkä, mutta rahat estää monessa asiassa, Lauri kertoo. Hän on jäänyt eläkkeelle 1970-luvulla, ollessaan vasta neljäkymmentävuotias: Miulle tuttu lääkäri siellä sano kun mie olin heillä töissä, niin he sano, että eiköhän se Lauri laiteta eläkkeelle, kun mie olin sillon työttömänä.

Työnteon Lauri on aloittanut nuorena perheensä maatilalla. Etenkin hevosten kanssa tuli tehtyä paljon töitä, mikä oli Laurille mieluista. Parikymppisenä hän muutti pois kotoa ja teki sen jälkeen lyhyitä pätkiä erilaisissa hommissa. Ensimmäisen vähintään vuoden kestäneen työsuhteen Lauri sai kolmekymppisenä, mutta työelämästä irtautuminen tapahtui lopullisesti vain kymmenisen vuotta myöhemmin. Elämästään Lauri on siis ollut suuremman osan eläkkeellä kuin työelämässä, eikä hänelle Einin tavoin ole rakentunut vahvaa työhön kytkeytävää identiteettiä. Eläkkeelle jääminen on Lauri merkinnyt ennen kaikkea huolta rahojen riittävydestä, mutta myös ”liikaa vapaa-aikaa”, jolloin yksinäisyys hiiptii helpommin mieleen. *Ja sitte ku oli töissä, kummiski minäki aika usein ollu töissä, nii yksinäisyys meni siinä ohi*, Lauri pohtii.

Laurin tavoin myös Vilho ja Aatos ovat jääneet aikaisin eläkkeelle. Aatos oli hieman alle viisikymppinen irtautuessaan työelämästä. Toisin kuin Einillä muistot ensimmäisistä eläkevuosista eivät ole mieluisia, sillä mielessä oli se, miten muut hänen aikaiseen eläköitymiseen suhtautuvat. Näin jälkikäteen Aatos on kuitenkin ollut kiitollinen siitä, ettei ruumiillisesti raskasta työtä tullut jatkettua pidempään.

Elisa: Olisitte sillon halunnu vielä jatkaa työtä?

Aatos: Olisin halunnu jatkaa. Sillon ihan vaan johtava lääkäri joka oli täällä sano että töihin ei lähetä. Että ei ainakaan ennen kun saan erikoislääkärin lausuntoa, ja sitä tuskin lähetään tekee. Sano että jos vielä vanhana meinaat kävellä niin kyllä jäät eläkkeelle nyt. Kyllä minä oon nyt sitä jälkikäteen ihan vaan kiittäny. Minä en ois enää kävelly tätäkään.

Vaikka sillon tuntu kyllä hirveen pahalta. Tuollaki kirkonkylällä ku käveli niin kaikki katto, että onpa tuokin laiska kun ei viiti tehdä töitä. Tuntu sillon pahalta. Ja eläkeki olis sitten vielä vähän parempi. Kyllä vähän korjas sitä eläkettä kun kunnalla olin, mutta sitten tuli ikä vastaan niin siinä ei kerennyt tulla niitä vuosia. Metsäalalla kun ei ollu ku kymmenen vuotta eläkelaki voimaan, että kaikki parhaat vuodet meni sieltä hukkaan.

[Maaliskuu 2010]

Osassa tutkimuksista on saatu viitteitä siitä, että osa terveysongelmista väistyy eläkkeelle siirryttäessä: eläkeikää lähestyttäessä koettu terveys heikkenee ja univaikeudet lisääntyvät, mutta eläkkeelle jäämisen jälkeen sekä terveys kohenee että univaikeudet vähenevät (Westerlund ym. 2009). Kaikkien kohdalla näin ei kuitenkaan ole, sillä terveydessä tapahtuu myös entistä enemmän polarisoitumista. Terveytensä hyväksi kokevien osuus kasvaa, mutta niin kasvaa myös hyvin huonoksi kokevien osuus. (Julkunen 2013, 73–74.) Seitsamon (2007) tutkimukseen viitaten Julkunen (2013, 74) toteaa luokkaerojen ja ”työn pitkän käsi-varren” näkyvän terveyseroissa: ruumiillisesti kuormittava työ ennustaa kunnan heikkenemistä, kun taas ”hyvä” ja henkisesti antoisa työ terveyden säilymistä.

Einin tavoin Aatosta harmittaa se, ettei eläkettä ehtinyt kertyä tehdystä työstä. Samaa pohtii Vilho, joka kuitenkin aikoinaan onnistui täyttämään tulojen menetystä ja lisääntynyttä vapaa-aikaa pienillä, joskin pimeillä töillä.

Vilho: Minä jäin semmosena viiskymppisenä eläkkeelle. Minä vähän epäilin keskussairaalassa sitä eläkkeelle jääntiä, mutta lääkäri vakuutti, että kyllä sinä pärjääät sillä eläkkeellä. Hän panee paperit, se rupes ehdottelee mulle.

Elisa: Tuntuko se sitten sillon kuitenkin ihan hyvältä vaihtoeholta?

Vilho: Kyllä minä sillon ku se selkä rupes korjaantuu sitte vuosien kulluttua. Ku minä olin viiskymmentä se oli vielä aika kipee, mutta sitte se pikkuhiljaa rupes parantumaan. Minä tein semmosia pikkusia puusepän, rakennustöitä. Ne oli luvattomia tietysti, mutta kulu aika ja sai jonkun markan rahaa. (Vilho joulukuussa 2009)

Sekä Aatoksen että Vilhon kertomuksesta välittyy kuva siitä, että eläkkeelle jäämistä ei juuri toppuuteltu, vaan sinne enemmänkin sysättiin (Karisto 2008, 314; Julkunen 2013, 71). Tällöin tulot ovat jääneet odotettua ja toivottua pienemmäksi, eikä eläkepäivillä ylimääräisiin menoihin ole juuri ollut varaa. Julkunen

(2013, 76) mukaan myös eläkeläisten ajankäyttö antaa viitteitä sosioekonomisten erojen kasvusta: hyvätuloisempien 65–69 -vuotiaiden ajankäyttö on muuttunut aktiivisemmaksi 1990-luvulla kun taas keskimäärin vanhuuseläkeläisten keskuudessa ajankäyttö on muuttunut jonkin verran passiivisemmaksi. Kaikkien eläkeikäisten kesken eniten lisääntyy kuitenkin television katselu, jolla on toki tärkeä merkitys monen iäkkään arjessa (esim. Virkola 2014, 241–248).

Marie Jahoda (1988, 155) erottaa nyt jo klassisessa Marienthal-tutkimuksessaan (Jahoda, Lazarsfeld ja Zeisel 1933/2002) kaksi aikaulottuvuutta: yhtäältä kokemuksen ajan rakenteistumisesta (ennen ja jälkeen, aiemmin ja myöhemmin) sekä toisaalta kokemuksen sen jatkuvuudesta tai virtaamisesta. Hänen tutkimistaan pitkäaikaistyöttömistä tuntui siltä, että heidän aikansa vain virtaa. Elämästä puuttui työn aikaisemmin tuottama aikarakenne ja siihen liittyvä elämänhallinta. Kun aika vain virtaa, ympäröivä maailma muuttuu hahmottomaksi, siitä ei saa otetta (mts.; Ylijoki 2014, 49.) Eläkkeelle siirtyvä menettääkin usein samoja asioita kuin työttömäksi jäänyt: päivärytmin, työn antaman sisällön, sosiaalisen yhteisön ja sosiaalisena identiteetin (Julkunen 2013, 75). Ei siis ihme, että eläkeikää saattavat värittää pelko köyhyydestä, yksinäisyydestä, ikävystymisestä, toimeettomuudesta ja hyödyttömyydestä (mt.; Skucha ja Bernard 2000). Tällöin yksinäisyys kummittelee potentiaalisena ”sitten kun” -tilana (Kangasniemi 2008, 258–259).

Koska olen tavannut haastateltavani vasta eläkkeelle jäämisen jälkeen ja kun eläkevuosia on ollut jo useampi vuosikymmen takana, ei tällaisia eläköitymiseen liittyviä pelkokuvia noussut heidän puheessaan esiin. Eläkkeellä olemisesta oli tullut normaali osa heidän arkeaan, vaikka työelämän ulkopuolella oleminen osaa heistä pohdituttikin. Nikander (2014) on sen sijaan saanut aineistonsa avulla kiinni juuri eläköitymiseen ja työssä jatkamiseen liittyvistä ajatuksista. Haastattelemiaan miehiä Nikander on tavannut sekä 50-vuotiaana että neljättöistä vuotta myöhemmin, 64-vuotiaana, minkä myötä on kuvannut kahden miehen hyvin erilaisia eläköitymispolkuja: toinen on luovuttanut yrityksensä jälkikasvulleen, kun taas toinen on siirtynyt ”eläkkeeltä toiselle” eli työttömyyseläkkeeltä vanhuuseläkkeelle ja pohtii muutoksen aiheuttaneen ”jonkinlaisia identiteetti-ihmettelyjä”, vaikkei elämäntilanteeseen muutosta tullutkaan. Vaikka miesten polut eroavat toisistaan, Nikander (mt., 50) toteaa molempien tarinan jäsentyvän työn kautta: jos työtä ei ole, on epäonnistunut löytämään paikkansa ja tarinalta puuttuu tulevaisuusperspektiivi, mutta yhtälailla töistä pois jäätyä ja firman siirryttyä pojalle ollaan ”ei mikään”.

Elaine Cumming (2000) on esittänyt eläkkeelle jäämisen olevan hankala vaihe erityisesti miehille, sillä miesten identiteetti on naisia vahvemmin rakentunut palkkatyölle (Jyrkämä 2013, 91). Myös kohtaamieni ikääntyvien kertomana eläkkeelle jääminen näyttäytyy elämänmuutoksena, jossa status, asema,

tekeminen, tulot, sosiaaliset suhteet ja arkiset rutiinit muuttuvat (Julkunen 2014, 64). Kariston (2012, 244) mukaan eläköityminen voi viedä ”ojasta allikkoon: työstä ja kiireestä pääsee, mutta tilalle luikertelee tylsyys, jos luontevia rooleja ja mielekästä tekemistä ei löydy”.³⁰ Aiheeseen on tartuttu myös julkisessa keskustelussa. Syksyllä 2014 Savon Sanomissa uutisoitiin otsikolla ”Työn sankarille vapaus voi olla ongelma” eläkeläisvalmennuksista. ”Meidät on ympäröinyt koko elämän neuvonantajien joukko, mutta eläkkeelle siirryttäessä sellaista ei aina olekaan. Osaamisen arvo nollataan, työyhteisö ja työterveyshuolto jäävät pois, eikä työnantajakaan enää valmenna” pohtii 71-vuotias eläkeläisvalmentaja. Samaisessa lehtijutussa pohditaan viimeisten työelämässä vietettyjen vuosien olevan monelle rankkoja ja monen joutuvan eläkkeelle vastoin tahtoaan: ”työntekijät odottavat keskustelua myös tulevasta, mutta työpaikoissa on unohdettu saattohoito”. (Pasanen 2014.)

Myös Pauli on joutunut odotettua aiemmin eläkkeelle, alle viisikymppisenä, mutta pienten tulojen sijaan häntä on jäänyt vaivaamaan tapa, jolla hän työelämästä irtautui tai pikemminkin tipahti pois. Toisella haastattelukerralla, puolitoista vuotta myöhemmin, Pauli kertoi nähneensä edellisyönä painajaista, jonka keskiössä on ollut eläkkeelle jääminen, ja tapahtumien olevan yhä päivittäin mielessä parinkymmenen vuoden jälkeenkin. Lääkäri oli ohjanut Paulin suoraan eläkkeelle, sillä hän ei ollut voinut tehdä vaadittuja reissutöitä jouduttuaan liikenneonnettomuuteen ja loukattuaan jalkansa. Paulin mukaan noihin aikoihin ihmisiä haluttiin panna nopeasti pihalle. Välit esimieheen katkesivat, ja Pauli miettii tapahtumissa olleen jotain hämärää.

Elisa: Minkälainen tilanne se oli silloin se, se kun jätite eläkkeelle?

Pauli: No se oli kun mä olin Helsingis töissä ja sit mä sain täältä paikan muka. Ensin kävin Helsingistä täällä töissä, sitten kävin täältä Helsingissä töissä ja mä sanoin lääkärille että ”en en mä pysty tähän”. No hän kirjottaa eläkepaperit. Jotain hämärää siinä oli. On mun ajatuksissakin sitten (naurahdus) ja samoin tekemisissä. Mutta en mää en tiedä kuka teki ja mitä.

Elisa: Niin ja se vaivaa sitten?

Pauli: Niin mielessä on joo.

[Heinäkuu 2012]

³⁰ Eläkkeellä ollessa yksinäisyyttä aiheuttava ”vapaa-ajan tyhjiö” voi muodostua myös sen vuoksi, että puoliso on vielä jäänyt työelämään, ja arkipäivät vietetään yksin, kuten havaitsin iäkkäiden ongelmapelaamista käsittelevässä tutkimuksessa (Pajunen 2010, 48).

Ennen eläkkeellejäämistä Pauli on tehnyt ahkerasti töitä, aika ajoin jopa kolmea työtä samanaikaisesti. Jouluaattoakin tuli usein oltua töissä, sillä Pauli halusi elättää perheensä ja saada lainat maksettua. Pauli miettii, että töitä olisi voinut tehdä paljon pidempäänkin, jos työnantaja olisi joutanut sen ehdoissa. Toisaalta mielessä on se, millaista elämä olisi ollut, jos hän olisi päässyt opiskelemaan maatalouskouluun, josta aikoinaan tuli haaveiltua.

Suomessa työnteko lopetetaan erilaisia reittejä pitkin: jäädään työttömäksi tai työkyvyttömäksi, kuljetaan ”työttömyyseläkeputkeen”, siirytään vanhuuseläkkeelle tai joskus vain jäädään pois työstä kun mitta on tullut täyteen tai eropaketti annettu käteen (Julkunen 2013, 66). 1990-luvun laman aikana työttömyydestä tuli tyypillinen työnteon lopettamisen väylä, ja myös Paulin eläköityminen sijoittuu noihin aikoihin. Julkusen (mt. 66–68) mukaan ikääntyneellä työttömällä, putkessa tai ei, ei ole paljoakaan mahdollisuuksia palata työelämään, sillä Suomessa on perinteisesti tehty työtä joko täysin voimin tai ei lainkaan.

Kulttuurin muutosta on toki tapahtunut ja tapahtumassa, sillä työurien pidentämisestä on tullut keskeinen kansallinen intressi ja esimerkiksi osa-aika-eläkkeestä on muodostunut eräänlainen sosiaalipolitisoitu siirtymävaihe, joka tarjoaa niin työn kuin eläkkeellä olon hyviä puolia (Julkunen 2013, 68). Työnantajan ja työyhteisöjen asenteet voivat kuitenkin estää sen toteutumista (mt.), kuten Paulinkin kohdalla on käynyt. Tutkimusten mukaan elämään ollaan tyytyväisempiä, jos eläkkeelle jäämistä on suunniteltu ja vapaaehtoista ja jos se ajoittuu suunnilleen samoin kuin muilla (Seitsamo 2007, 17–18). Myös osalle kohtaamistani ikääntyneistä eläkkeelle jääminen on merkinnyt kaivattua vapauden tunnetta, ja eläkeikä ollut ihan parasta aikaa, vaikka sitä eletään jo toista vuosikymmenettä. Esimerkiksi Olaville mielekkään eläkeiän on mahdollistanut pitkä työura, hyvänä pysynyt terveys ja sopivan kokoinen tilipussi (ks. s. 137).

6 Rakoileva sosiaalinen saattue

Seuraavaksi tarkastelen yksinäisyyttä, joka kietoutuu yhteydentunteen puutteen, osattomuuden ja turvattomuuden kokemuksiin. Kohtaamillani ikääntyvillä se on liittynyt ruumiin rajallisuuteen, hyvän ystävän kaipuuseen, vieraaksi koettuun kulttuuriin ja vanhemmuuden kitkoihin. Puhun rakoilevasta sosiaalisesta saattueesta, sillä ymmärrän erilaisten sosiaalisten saattueiden tai verkostojen voivan olla sekä tukevia että rajallisia (tai rajoittavia), jopa samanaikaisesti (vrt. Fiori ym. 2007; Litwin 2001). Yksinomaan ihmissuhteista rakoilevassa sosiaalisessa saattueessa ei kuitenkaan ole kyse, vaan myös arjen infrastruktuurista, joka osaltaan sanelee sosiaalisen osallisuuden ehdot (Karisto 2012, 245). Lähden liikkeelle ruumiin rajallisuudesta, johon fyysinen ja sosiaalinen ympäristö erityisen vahvasti linkittyy.

6.1 Ruumiin rajallisuus

Kuten tutkimuksen alkupuolella toin esiin, ikääntyvien yksinäisyyttä on usein tarkasteltu heikentyneen toimintakyvyn näkökulmasta, jonka tiedetään altistavan yksinäisyyden kokemuksille (ks. Savikko 2008, 21–22; Uotila 2011, 28–29). Tässä suhteessa en tee poikkeusta, sillä toimintakykyyn liittyvistä rajoitteista ja sen myötä kohdatusta yksinäisyydestä kertoivat myös haastateltavistani, erityisesti Vilho, Eini ja Aatos. Vilho on useampi vuosi sitten muuttanut maaseudulta ”kirkonkylän läheisyyteen”. Vilhon yksinäisyys kumpuaa ennen kaikkea kuulon huononemisesta, jonka myötä hänen arkensa on supistunut kodin seinien sisäpuolelle. Alkuaikoina kylällä tuli tavattua tuttavias ja välillä istuskeltua baarissakin, mutta nyt kulkeminen on pankki- ja kauppa-asiointeja lukuun ottamatta jäänyt. *Minä kartan, missä ihmissakkia on. Minä en juuri mee sinne, vaikka siinä tuttujaki on*, Vilho kertoo.

Jos kuulisin, kävisin noissa vanhusten tilaisuuksissa, mutta se on turha meikäläisen mennä sinne. Ne ihmiset pitää huonokuulosta ihan pökökönä. Minä kerran sain kouriintuntuvan käsityksen kun olin tuolla kaupassa. Siitä on monta vuotta jo, mutta täällä kirkolla asuin. Minä kysyin

siinä kassalla jotain asiaa ja sanoin että mitä kun minä kuulen niin huonosti, että ihmiset pitää pöhkönä. Se sano se kassa rouva, että siinä sinä oot oikeessa, kyllä ne pitää huonokuulosta pöhkönä. En minä viiti käyä, naureskellaan vaan. Sitte ei tiä, mitä ne naureskelee kun et kuule. (Vilho joulukuussa 2009)

Vilho on kärsinyt heikkokuuloisuudesta ison osan elämästään. Hän arvelee sen periytyneen äidiltään, jolla oli myös huono kuulo. *Olin kuuskymmentäviis vuotta vanha ku minun täyty rueta ”mitä” kyselee*, Vilho kertoo ja pohtii, että asiat olisivat elämässä paremmin, jos kuulo olisi normaali. Kahden kesken jutellessaan Vilho kuulee tarpeeksi hyvin, mutta kun keskusteluun tulee mukaan muita, *menee ihan ulalle kaikki*. Epämiellyttäviltä tuntuvien tilanteiden välttämiseksi Vilho jää mielummin kotiin kuin lähtee ihmisten ilmoille. Myös kovat ääneet rasittavat: *ku esimerkiks tässä joku vuosi takaperin ku minun tyttären tytär pääs ripille niin se kirkko oli hyvin vaikee ku ne urut soi niin mun täyty lähtee pihalle sieltä kirkosta*.

Vilho on etsinyt vaihtoehtoja kotiin jäämiselle, mutta kahdenkeskistenkin ystävyys-suhteiden ylläpitäminen on osoittautunut vaikeaksi. Hän kertoo lähellä asuneesta ystävästä, jonka luona tuli aikoinaan vierailtua säännöllisesti.

Minä kävin tuossa viereisessä palvelutalossa. Kävin siellä uskollisesti melkein joka viikko kun siellä asuu yks vanha naapuri kotipaikalta. Minä kävin siellä syksyllä kaks kolme kertaa, mutta se ei ollu kotona. Aattelin, että onkohan se kuollu ja seurasin lehdestä oikein kuolinilmoitusta, mutta se olikin ollu sairaalassa.

Sen jälkeen en ole käyny. Sinne on niin vaikee mennä kun ovi lukossa ja se ei kuule. Siellä aina pauhaa televisio tai radio ja se ite nukkuu. Se ei kuule ovikellon soittoa. Minä osutin aina siihen kun sinne menee ruokapalvelu viemään ruokaa ennen yhtätoista. Menin samasta ovista. Tai sitten jos se söi siinä, naputin akkunaan. (Vilho joulukuussa 2009)

Yhteydenpitoa ystäviin ja tuttaviin on rajoittanut myös heidän heikkokuuloisuutensa, kuten ylläoleva katkelma paljastaa. Vilho kertoo monella tuttavalla olevan kuulokoje, mutta useimpien säilyttävän sitä piirongin laatikossa. Toiset nuukuuttaan ja toiset siksi, etteivät ole oppineet sitä käyttämään. Myös muissa tutkimuksissa kuulon huononemisen on havaittu olevan yhteydessä yksinäisyyteen (esim. Chen 1994; Kramer ym. 2002; Victor ym. 2009; Pronk ym. 2011). Kuulon heikennyttä mahdollisuudet liikkua kodin ulkopuolella ja tavata muita vähenevät (Viljanen ym. 2014), mutta myös kotona tekemistä voi joutua rajoittamaan.

Vilho asuu pienessä rivitalokaksiossa, joka sijaitsee maaseututaajamassa. Hän on muuttanut nykyiseen asuntoonsa maaseudulta omakotitalosta, jossa asui aikoinaan vaimon ja lasten kanssa. Omakotitalo on vielä olemassa ja Vilhon poika tekee siellä pieniä kunnostustöitä. Vilholla on myös tytär, joka asuu lähistöllä. Leskeksi Vilho jäi kolmisen kymmentä vuotta sitten. Aikoinaan Vilho työskenteli sekatyömiehenä ja jäi niistä hommista eläkkeelle viisikymppisenä, pari vuotta ennen vaimonsa kuolemaa.

Nykyiselle paikkakunnalle Vilho muutti lastensa kannustamana. Täällä palvelut ovat lähempänä. Kaupassakäynnit Vilho hoitaa itse, pyöräillen kesät ja talvet noin puolentoista kilometrin matkan. Tytär auttaa Vilhoa siivouksessa ja pankkiasioissa. Kauppareissuja lukuun ottamatta Vilho ei juuri liiku kodin ulkopuolella, mutta naapuri piipahtaa Vilhon luona kylässä lähes päivittäin. Vilho on tullut tutuksi muidenkin talon asukkaiden kanssa varrella. He ovat Vilhon kanssa samaa ikäluokkaa. Pihalla sijaitsevassa saunassa Vilho käy viikoittain. Siellä pestään viikon liat naapuruston selistä, joskin saunassa kävijöiden rivit ovat jo hieman harventuneet.

Sosiaalista elämää on vaikeuttanut Vilhon huonontunut kuulo, jonka myötä *kirkolla* käynti on jäänyt. Hänen on vaikea viihtyä isoissa porukoissa, sillä kovat äänet häiritsevät ja muiden puheista on vaikea saada selvää. Kotona vietetyt päivät ovat Vilhon mukaan *yksinkertaisia vallankin*. Aiemmin Vilho on valmistanut ruokansa itse, mutta tyttären tilattua hänelle ateriapalvelun, päivästä on jäänyt yksi ohjelmanumero pois. *Niin nyt ei oo siitä ruoanlaittoaakaan paitsi sunnuntaisin*, Vilho kertoo. Joulun lähestyessä Vilho on kuitenkin sopinut laittavansa ruokansa itse. Pakastimeen hän on ostanut joululaatikoita, jotka aikoo lämmitellä aattona. Vilho kertoo aterioinnin sujuvan tavalisena arkipäivänä varsin tarkan kaavan mukaan.

Vaikka ruoka tuleekin valmiina, omatoimisesta kahvinkeitosta hän pitää kiinni kiinni. *Ateria tulee siinä varttia vaille ykstoista. Minä siinä keitän pari kertaa iltapäivällä kahvin ja syön pari voileipää. Aamulla keitän puuron, minähän en nuku kun vähän iltayöstä ensin. Sitten keitän kahvin vähän myöhemmin siinä ja sitten taas iltapäivällä. Illalla kuuden aikaan keitän viimisen kahvin ja syön voileipää sen kanssa*, Vilho luettelee.

Vilholle arjen kohokohtia ovat hetket, jolloin ystävien ja sukulaisten kanssa pidetään yhteyttä, useimmiten puhelimitse. Puhelinlinjat ovat pysyneet sopivan kuumina. *Meillä on semmoinen sopimus, hiljanen sopimus, että ainoan sisareni ja nuoremman veljeni kanssa puhutaan kerta viikossa vähintään*, Vilho kertoo. Edellisenä päivänä on soiteltu veljen kanssa – hänellä kun on liittymäsopimus, jonka turvin sunnuntaisin voi puhua niin paljon kuin jaksaa euron hintaan. Televisiota katsellessa Vilho ottaa kuulolaitteen pois, mutta on löytänyt keinon ajankohtaisten aiheiden seuraamiseen. Uutiset Vilho katsoo, vaikkei niistä mitään kuulekaan. *Sitte ku aamulla sanomalehen kattelena, kattelena, että jaa toi oli illalla uutisissaki*, Vilho selittää.

Vilho kuvaa yksinäisyyttä levottomuuden tunteeksi. Jos nuorempana olo oli levoton, Vilho saattoi mennä naapuriin istumaan, mutta sellaisia paikkoja hänellä ei enää ole. Omien ajatusten kanssa on oltava yksinään myös siksi, ettei hän huonotuneen kuulon vuoksi pysty keskustelemaan muiden kanssa siinä määrin kuin ennen. Tilanteet, joissa mahdollisuutta jutusteluun ei ole ja omien ajatusten kanssa on oltava yksinään, aiheuttavat Vilholle levottomuutta ja *vähän semmoista hauraista oloa*. Myös puolison kaipuu on tullut viime vuosina mieleen. Vasta nyt vanhemmiten Vilho sanoo miettivänsä, millaista elämä olisi, jos puoliso olisi rinnalla. ■

Vilholle ongelmia on tuottanut television katselu, josta on voinut katsoa ainoastaan tekstitettyjä ohjelmia, mitä hän harmittelee. Monelle televisio on tärkeä arjen toistuvuuden kannattelijaa (Jokinen 2005a, 112), mutta iäkkäälle se voi olla myös keino integroitua kodin ulkopuoliseen maailmaan (Knall ja Östlund 2009, 32–33) tai luoda äänimaailmaa muutoin hiljaiseen kotiin (Virkola 2014, 244).

Vilhon tavoin myös Eini on käyttänyt kuulolaitetta pidemmän aikaa. Viime aikoina se on kuitenkin ollut rikki, eikä kuulolaitetta ole voinut käyttää kuin telkkaria katsoessa ja paikoillaan pysyessä. *Siitä minä en liiku mihinkään*, hän huomauttaa. Mieltä rassaa erityisesti se, ettei kuulolaitteesta ole apua ulkona. Pihakeinussa kun olisi mukava jutustella naapuruston naisten kesken.

Tälleen kahestaan ku on ja sitte toisilla ihmisillä on niin paljon kovempi ääni. Minun tuolla toisella pojalla on liian kova aina välillä. Mutta sitten se rouva, joka minun luona lauantaina oli, hän on ollu kaupassa (töissä), niin hänellä on hyvin selkeä ääni. Sen kanssa on ihana puhua. Mutta aina minun pitää ihmistä silmiin kattoo ja kasvoihin, että nään. Suun liikkeistä saan jonkun verran selvää. On se monessa asiassa tuolla ulkona niinku tänä syksynä kun kuulolaite on ollu huonossa kunnossa, en minä aina kuule siellä keinussa esimerkiksi, että mitä ne puhuu. (Eini joulukuussa 2009)

Pihakeinua kauemmaksi Eini ei juuri pääsisikään, harvoin edes sinne saakka. Kuulon lisäksi murheena on ollut *heikko sydän*, jonka vuoksi Eini kävi leikkauksessa hieman ennen ensimmäistä haastattelua. Leikkauksen jälkeen omaehtoista kulkemista on rajoittanut asuintalon hissittömyys. Tyypilliseen 1970-luvun rakentamisen tyyliin Einin asuintalo on suunniteltu perheille ja nuoremmille asukkaille, ei ikääntyviä tai liikuntarajoitteisia ajatellen. Einillä on ollut kaupungilta saatu rollaattori käytössään, mutta se on liian iso asunnosta ulos ja sisään kuljetettavaksi. Pienemmästä kolmipyöräisestääkään ei olisi apua, sillä sen liikuttaminen yksin on mahdotonta ilman hissiä. Päästäkseen ulos rapusta Einin on avattava kolme raskasta ovea.

Timo Kopomaa (2014) on tarkastellut ikääntyneiden sosiaalisia toimintoja ja toimijuuksia nimenomaan hissien näkökulmasta. Kopomaan mukaan koti laajenee hissien myötä ”rihmastona talon eri asuinvyöhykkeille: saunaan, kellariin, naapuriasujan kerrostasanteelle, ehkä vinttiin ja pihalle” (mt., 160). Hissit ovat yhteisiä asukastiloja, mutta myös siirtymisteknologiaa, sillä niiden avulla voidaan vahvistaa ikääntyvien liikkumiskykyä ja laajentaa heidän asuinpiiriään. (Mt.) Kulkemisessa onkin usein kyse paljon muustakin kuin siirtymisestä paikasta toiseen: se on aktiivinen ja keskeinen voima siinä millaisia mahdollisuuksia

sia itse kullakin on osallistua poliittiseen, sosiaaliseen ja taloudelliseen toimintaan (Tedre ja Pulkkinen 2011, 301). *Kahteen ja puoleen kuukauteen oon käynyt korkeintaan neljä kertaa ulkona. Kun se hissi on puuttunu, se ei oo antanu mulle käyntioikeutta*, Eini toteaa. Nyt Einin yhteys ulkomaailmaan on ollut täysin muiden varassa. Poika on käyttänyt apteekissa, lääkärissä ja kaupassa tai tehnyt ruoka-ostokset Einin puolesta.

Eini on aikoinaan viettänyt paljon aikaa lähiympäristössä, jossa asuvat ihmiset ovat tulleet tutuksi talossa vietettyjen vuosikymmenten aikana. Eini kertoo hänellä olevan muutamia ystäviä, joiden kanssa tulee aika ajoin soiteltua ja yksi ystävä, joka on auttanut pojan perheen rinnalla auttanut monissa käytännön asioissa ja *leipomalla joulua*. Tämä ystävä on Einiä selvästi nuorempi, hyvässä kunnossa ja aktiivinen liikkumaan. Aikoinaan samassa talossa asuneet naiset ystävyistyivät sen jälkeen, kun Einin puoliso kuoli. Nyt ystävä asuu jo kauempana, mutta kulkee Einin luona autolla tai pyöräillen. Sieni- ja marjastusaikoina yhteydenpito on vähäisempää, sillä tuolloin ystävän aika kuluu metsässä, eikä Einiillä ole sinne ollut enää kuntonsa puolesta asiaa. Aikoinaan Eini kävi monen vuoden ajan seurakunnalla ruokailemassa, mutta joutui siitäkin luopumaan reistailevan sydämensä vuoksi.

Kodin seinien sisäpuolella Einin päivät eivät tunnu mielekkäiltä, koska tekemistä ei juuri ole. Mieluinen käsityöharrastus on jäänyt, sillä ompelukonetta on mahdoton saada itse esille, eikä kroppa kestä virkkaustakaan. Harrastuksista luopumista enemmän Einin mieltä painaa se, että sairastumisen myötä lähes kaikki ihmissuhteet ovat kuihtuneet. Einistä on aina ollut mukava kutsua ystäviä kylään. Erityisen harmistuneena hän muistelee leikkauksen jälkeistä aikaa, jolloin kahvinkeitto oli vaikeaa ja jutustellessa piti laittaa pitkälleen. Sen vuoksi ystäviä ei juuri kehdannut pyytää kylään. Vähitellen ystävät lakkasivatkin käymästä, syystä tai toisesta, jota Eini ei oikein itsekään varmaksi tiedä. *Ne vanhenoo niinku minäkin ja liikkuminen hidastuu*, Eini miettii. Todeten kuitenkin myöhemmin, että *ihmiset pelkää tätä sairautta*.

Norbert Elias (1985, 10) kirjoittaa ihmisten olevan usein kyvyttömiä kohtaamaan, tarjoamaan apua ja hellyyttä kuolevalle ihmiselle, sillä toisen kuolema muistuttaa meitä omasta kuolevaisuudestamme. Tämä välittyy myös Einin pohdinnasta. *Kun sitä on tämmönen rampa jo, niin kaipa ne pelkää, että se tarttuu*, toteaa myös Aatos. Rivitalosasunnosta huolimatta Aatoksenkin päivät kuluvat pitkälti yksin kotona, sillä selkävaivojen vuoksi liikkuminen on vaikeaa. Kauppa- ja muut välttämättömät asiointit hoituvat taksikuljetuksella. Aatoksella on kuu-kausittain käytössä yhdeksän edestakaista matkaa, mutta näillä reissuilla ei ehdi juuri kaupoissa pyörimään ja tuttujen kanssa juttelemaan.

No kyllä se pari, kolme kertaa viikossa pitää käyä. Sitten kun on muitaki asioita välillä. Sitten kun tuolla palvelutaksikortilla loppuu äkkiä kun ei

oo kun kaheksantoista yhdensuuntasta matkaa kuukaudessa. Yheksän edestakasta ja se on sama, käykö lähikaupassa vai tuolla kirkonkylällä. Ei siinä kerkee mitään asioita kun liikkuminen on hidasta. Sitten, jos on vähän matkaa liikkeiden välillä, niin ei viiti lähtee kävelemään. Täytyy jo soittaa uus tyyppi. (Aatos maaliskuussa 2010)

Taksikuljetuksen lisäksi Aatos on kulkenut lähellä asuvan tuttavansa kyydillä viikoittaiseen harrastukseensa paikallisen yhdistyksen kerhoon. Useimmat päivät ovat kuitenkin *yksinäisiä*. *Sillä mihinkään ei omin avuin pysty liikkumaan, eikä kyläilijöitä juuri ole*, Aatos kertoo. Kova kyläilijä hän ei itsekään ole ollut, mutta nyt matka kotoa ulos rajoittuu postiluukulle tai enintään muutaman kymmenen metrin päähän pihatietä pitkin. Talvella haasteensa liikkumiselle aiheuttaa pukeutuminen, sillä turvonneeseen jalkaan ei ole löytynyt sopivia kenkiä. Kessä kengät istuvat, mutta lähteminen ei silloinkaan ole helppoa. *Kyllähän se siitä kun kunto menee huonoks ni kyllä se vaikuttaa heti siihen, että kun ei pääse tonne mikkää liikkumaan eikä käymään missään riennoissa. Kun sen rupee huomaamaan, niin sitten se on paras pysyä kyllä pois. Ei halua lähtee toisten harmiks*, Aatos toteaa.

Aatoksen tavoin noin joka toiselle Ikihyvään osallistuneista vanhimman ikäryhmän vastaajista joutuminen riippuvaiseksi toisen avusta aiheuttaa huolta tai turvattomuutta. Mikään muu kyselylomakkeessa mainittu asia ei huoleta yhtä paljoa³¹. Irmeli Järventie (1993, 145) on kuvannut avuttomuuden tunnetta, kokemuksista kipeimpänä ja ahdistavimpana. Siihen liittyy kokemus tuskallisesta riippuvuudesta, hylätyksi tulemisesta tai ainakin sen uhasta ja identiteetin perustoja uhkaavan häpeän tunne henkilökohtaisesta riittämättömyydestä. Järventien (mt.) mukaan avuttomuus on vääjämättä yhteydessä myös yksinäisyyden sietoon, joka pienenee kun toiminnalliset mahdollisuudet kaventuvat. (Ks. myös Pirhonen, Tiilikainen ja Lemivaara 2016.)

Pari vuotta ensimmäisen kohtaamisemme jälkeen Aatoksen liikuntakyky on huonontunut entisestään, eikä hän juuri pääse liikkumaan postilaatikkoa pidemmälle. Kotisairaanhoidajat käyvät päivittäin, mutta muuten kotona on *hiljaista*. Läsä on pelkoa kaatumisesta, sillä Aatosta huimaa ja pyöryttää usein. Kaatumisilta hän ei ole välttynyt, mutta saanut soitettua apua hätäpuhelimella. Kerran puhelin ei toiminut, mutta tuolloin Aatos pääsi pukkaamaan ulko-oven auki ja ohikulkenut naapuri oli hälyttänyt apua. Kaatumisten vuoksi Aatos on viettänyt yksittäisiä jaksoja terveyskeskuksen vuodeosastolla. Saapuessa kotiin

³¹ Kysymyspatterissa tiedusteltiin muun muassa yksin asumisen, ulkona pimeällä liikkumisen, muistin heikkenemisen, oman kuoleman, laitoshoidon joutumisen tai läheisen kuoleman aiheuttaman huolen ilmenemistä. Toiseksi eniten huolta tai turvattomuutta muistin heikkeneminen (Haapola ym. 2009, 100).

edelliseltä sairaala-jaksolta Aatos kirjoitti päiväkirjaansa: ”Tulin sairaalasta kotiin, mutta huonommassa kunnossa kuin mennessäni.” Hänen mielessään on jo pidemmän aikaa ollut toive siitä, ettei enää tarvitsisi asua yksin. Hakemus paikalliseen vanhainkotiin on laitettu eteenpäin.

Oma turvallisuutta ja jatkuvuutta luova koti on asujalleen merkityksellinen ja aivan erityinen paikka (Vilkko 1995, 171), mutta kodista voi tulla myös kielteisten kokemusten tila, kuten Aatoksen ja Einin kohdalla on käynyt. Tutkimuksen alkupuolella viittasin Karin Dalhbergin (2010, 201–203), joka on kuvannut hoivaa tarvitsevien yksinäisyyttä, kokemusta siitä, ettei ole tullut kuulluksi tai ymmärretyksi silloin kun on itse ollut haavoittuvainen, avun tarpeessa. Varsinaiseen ”potiluuteen” (Lämsä 2013) liittyvästä yksinäisyydestä kohtaamani ikääntyvät eivät kertoneet, vaikka esimerkiksi Aatos oli viettänyt pitkiäkin pätkiä terveyskeskuksen vuodeosastolla. Eini sen sijaan oli kotiutettu hyvin pian sydänleikkauksen jälkeen sikainfluenssan pelossa: *Oltiin sitä mieltä, että ku minä asun yksin, täällä on nämä kaikki minun vanhat pasilit niin syön näitä vaan sitten*. Kotiuttamiseen Eini suhtautui ristiriitaisin ajatuksin, sillä hänen mieleensä oli vahvasti jäänyt ahdistava kokemus kotona sairastamisesta, tai pikemminkin elämän ja kuoleman rajamailla olemisesta:

Jo sitä ennen minä ajattelin, että jos ihminen kuolee kun sydän on sairas, se saa mennä. Ei sen tarte ku minä oon yli kaheksankymmentä. Niin sit rupes tulemaan sellanen tilanne, että kuolema ei tullu, vaikka minä vähän väliä olin tajuttomana tiällä. Ja kun itekseen on, se ei mikään helppo herätä sitten siitä huonosta tilasta. (Eini joulukuussa 2009)

Einin kuvaamasta turvattomuuden värittämästä yksinäisyydestä ovat kirjoittaneet myös Vilkko ja kumppanit (2010), jotka havaitsivat yksinäisyyden olevan yleisintä niillä ikääntyvillä, jotka ovat hakeutumassa palveluihin tai tarvitsevat niitä aiemmin saatujen lisäksi. Vähäisintä yksinäisyys oli palvelutaloissa asuvilla iäkkäillä, jotka jo saivat määrällisesti enemmän tai laadullisesti vaativampia palveluita. Tutkijoiden mukaan tulos on sekä yllättävä että yllätyksetön, sillä on luontevaa ajatella, että yksinäisyyttä koetaan tilanteissa, joissa palveluiden tarve on kasvanut, mutta sitä ei vielä ole saatavilla. Kun kotipalvelua on saatu ja jos se vastaa avun tarvetta, turvallisuuden kokemus lisääntyy ja yksinäisyyden tunteukset hellittävät. Yksinäisyyden yleisyyden vaihtelun palvelun saannin suhteen saattaakin viitata ”laajentuneeseen” yksinäisyyden tai turvattomuuden käsitteeseen, jossa iäkkään ihmisen tilannetta leimaa huoli arkiselviytymisestä. (Vilkko ym. 2010, 52–53.)

Eini asuu kolmiossa kerrostalon kolmannessa kerroksessa. Hän muutti asuntoon aikoinaan puolisonsa kanssa ja on asunut siinä useamman vuosikymmenen. Eini jäi leskeksi viitisentoista vuotta sitten, pian sen jälkeen kun pariskunta oli jäänyt eläkkeelle. He eivät saaneet nauttia yhteisistä eläkevuosista pitkään, mikä on ollut Einin elämässä suuri murhe. Miehen kuolemaa edeltävät sairauden ja huolen värittämät kuukaudet ovat edelleen vahvasti mielessä. Eini kertoo kuitenkin vuosien aikana sopeutuneensa yksinloon ja viettäneensä ihan mukavaa elämää, näihin vuosiin saakka.

Einillä on kaksi lasta, joiden kanssa hän soittelee päivittäin. Toinen lapsista asuu lähellä, toinen perheineen parin tunnin ajomatkan päässä. Lapset auttavat käytännön asioissa, käyttävät kaupassa tai hoitavat ostokset Einin puolesta. Lasten kyläilyt ovat Einille päivien kohokohtia. Käytännön asioiden hoitamisen ohella lapset ehtivät usein viivähtää hetken, tai ilahduttavat Einia *jollain mielisostoksella. Jota en tänä päivänä voi mennä mistään ostamaan*, hän tähdentää.

Einille ovat aiheuttaneet murhetta isot sairaala- ja lääkärikulut, sillä terveyden kanssa on ollut ongelmia jo pidemmän aikaa. Työnteon Eini aloitti nuorena, neljätoistavuotiaana, ja fyysisesti raskas työ on jättänyt jälkensä. Eini toteaa olevansa *työläisnainen*. Mutta vaikka hän on tehnyt työtä ahkerasti, kaikesta siitä ei ole kertynyt eläkettä. Eläketulojen riittämättömyys harmittaa Einia. Terveytensä Eini arvioi ”melko huonoksi” ja kaipaakin apua monenlaisiin arjen askareisiin. Eini on ollut useamman kuukauden toipilaana leikkauksen jäljiltä, eikä ole saanut liikkua kodin ulkopuolella ilman toisen ihmisen apua. *Mulla ei ole ollut sitä oikeutta*, Eini toteaa useaan otteeseen. Kävelyn tukena on rollaattori, mikä tuo omat haasteensa hissittömässä talossa.

Kotona ollessaan Eini katselee televisiota. Lukeminen on jäänyt vähemmälle, sillä silmät ovat alkaneet reistailla. Lehtiä Eini kuitenkin selailee, sanomalehden ja miniän tuomia aikakauslehtiä. Aikoinaan Eini oli innokas käsitöiden tekijä, mutta siitä on pitänyt luopua, sillä ompelukonetta on mahdotonta saada omin avuin esille. Myös virkausta Eini on joutunut heikon sydämensä vuoksi rajoittamaan. Kesä, pihakeinu ja naapurustossa asuvat tuttavat siintävät kuitenkin mielessä. *Viime kesänä minä en jaksanu kävellä enää missään niin kattelin ikkunasta, että ku keinu heiluu niin läksin kattelemaan, että kuka siellä on. Aina siellä joku tuttu istu ja siellä meni semmonen kaks, kolme tuntii ku me rupateltiin. Sitten tultiin laittamaan ruokaa*, Eini kertoo. Miesten perään Eini ei ole haikaillut; hän kaipaakaan erityisesti naisystävien seuraa. Eini on vuosien varrella saanut hyviä ystäviä työn ja myöhemmin seurakuntatoiminnan kautta. Naisista koostuvalla ystäväporukalla oli tapana matkustella yhdessä, mutta yhteydet katkesivat Einin sairastuttua. Pari ystävää Einillä kuitenkin edelleen on. Yksi heistä on juuri *leiponut Einille joulua* ja käyttänyt asioilla kaupungilla.

Eini kertoo yksinäisyyden olevan mielessä öisin, kun unen päästä ei saa kiinni. Erityisesti se vaivaa lauantaisin ja sunnuntaisin, jolloin ihmisillä on omat menonsa. Tällöin lapsilla ja tuttavilla ei ole useinkaan aikaa kyläillä, eikä Eini itse pääse juuri liikkumaan. Yksinäisyys purkautuu pahana olona, itkeskelynä ja ikävän tunteena. Ikävä ja paha mieli ovat saaneet kamppailemaan ruokahaluttomuuden ja ahmimisen välillä. *Siinä on kaks vaihtoehtoo. Kun mulla on paha mieli minä en itke ja syön jatkuvasti ja sitä vasten minä sitten aattelen, että ei haittaa jos minä oon välillä syömättä pari kolmeki päivää huonommalla kun sitten pitää taas syyä hirveesti. Ruokaa tekee mieli*, Eini kertoo. ■

Eeva Jokinen (2005a) on kuvannut arjen olevan inhimillisen toiminnan ja olemassaolon muoto, joka on mahdollisuutena läsnä missä tahansa. Tuo mahdollisuus voi olla keveä tai painava, missä kohdataan arjen paradoksaalisuus: kun arki sujuu ikään kuin huomaamatta, se on kevyttä ja saattaa tuntua pinnalliseltakin, mutta kun arki alkaa niin sanotusti tökkiä, eikä enää tiedä jaksako aamulla nousta sängystä tai ilahtuuko kahvin tuoksusta tai lehden lukemisesta, siitä tulee painavaa, eikä sitä voi olla huomaamatta. (Mt., 10–11.) Eini kertoo miettivänsä aika ajoin sitä, miksi juuri hänen on täytynyt elää näin kauan. *Mies kun on kuollut alle seitsemänkymppisenä, samoin kaikki sisarukset. Pitääkö minun muiden elämää jatkaa*, Eini ihmettelee. Joskus mielessä on kysymys siitä mikä tarkoitus sillä oli, että aikoinaan tuli käytyä sydänleikkauksessa. Jos leikkaukseen ei olisi tullut mentyä, olisi hän *saattanut jo päästä pois*.

Haim Hazan (2009) on kirjoittanut yhteiskunnan ulkopuolella olevasta niin sanotusta neljänneestä tilasta, johon ikääntyneet siirtyvät menettäessään täysivaltaisuuttaan fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn merkittävästi heikentyessä. Vastaavanlaisia ajatuksia on ollut monilla muilla tutkijoilla (esim. Hockey ja James 1992; Nikander ja Zechner 2006), jotka ovat havainneet neljättä ikää elävien jäävän herkästi täysivaltaisen aikuisuuden ja kansalaisuuden ulkopuolelle. (Spännäri 2007, 26.) Vanhenemisen tutkimuksessa on puhuttu irtaantumisesta, sosiaalisen vanhenemisen kannalta välttämättömästä vetäytymisestä (Cumming ja Henry 1961, 14–15). Irtantumisen tapahtuessa tasapainosesti, vapaaehtoisesti ja toivotusti, lopputuloksena on tyytyväisyys ja hyvä vanheneminen (mt.), ainakin teoreettisesti ajateltuna.

Niin Vilhon, Aatoksen kuin Einin puheesta välittyy kokemus siitä, että ”yhteiskunnan laidalle” on jouduttu vasten tahtoisesti ruumiin rajallisuuden, kuten heikkokuuloisuuden tai heikentyneen liikkumiskyvyn vuoksi. Erityisen vahvasti tämä välittyy Einin puheesta, kun hän pohtii merkitystään suhteessa nuorempiin ihmisiin: *Kun on tämä sairaus, tämä elämä on siinä mielessä mennyä alas päin, että ei enää kukaan nuoremmista ihmisistä halua puhuakaan.[..] Tänä päivänä on nuoret ihmiset tullu taloon ja ei ne puhu enää, ne menee ohitte vaan*. Myöhemmässä vaiheessa haastattelua Eini kuitenkin pehmentää näkemystään toteamalla, että syy yksin jäämiseen löytyy myös omasta luonteesta, joka on muuttunut vanhenemisen myötä.

Ja kyllä sitä sitten kun vanhaksi tulee, vierastaa ihmisiä. Minä ainakin kun meen kauppaan, jos ei ole ihan minun ikäisiä tai jotka ei ole ennestään tuttuja niin en minä puhu niille mitään koskaan. Sitä eristyy, kun siinä tulee semmonen tunne, että ei ole ihan samanarvoinen toisten ihmisten kanssa enää. (Eini joulukuussa 2009)

Pari vuotta myöhemmin, kun sairaudet eivät enää samassa määrin vaivaa, Eini toteaa olevansa *tämän elämän kannalla vielä*. Käydessään nukkumaan ja aamulla noustessa elämänhalua yhä löytyy. Vuosi sitten hän on muuttanut uuteen taloon, jossa ei tarvitse murehtia hissittömyydestä, sillä asunto on pohjakerroksessa. *Tarjosivat mulle että muuttaa ylemmäks, minä sanoin että miten sitä ylemmäks muutan ku teillä ei oo hissiä*, Eini kertoo naurahtaen. Vaikka asunto on lähellä entistä kotitaloa, sosiaaliset kontaktit ovat kuitenkin entisestään vähentyneet, sillä uudessa talossa ei asu yhtään tuttua menneiltä vuosilta. Kodin ulkopuolella Eini ei juuri liiku. Sateisena kesänä ulkoilu on jäänyt, sillä rollaattorin kanssa kulkiessa on vaikea pitää kiinni sateenvarjosta. Kun pihalenkkiä ei ole voinut tehdä, untakin on iltaisin vaikea saada.

Ei tämän ikäisenä pitäisi enää muuttaa, Eini toteaa. Välillä mielessä on ystävätär, jonka kanssa oltiin aikoinaan *paljon yksissä*. *Mutta se kun on vanhentunu, niin se ei niinku tuu vieläkkään käymään*, Eini pohtii. Mieltä kaihertaa syy siihen, miksi ystävä on lakannut käymästä: *mä olen varmaan jotenkin loukannut sitä*. Taustalla voi olla ystävän muistisairaus, jonka myötä niin fyysinen kuin sosiaalinen maailma herkästi kutistuu (Virkola 2014). Näin on Einillekin muistisairauden edetessä käynyt.

6.2 Hyvän ystävän kaipuu

Myöhäisen iän ystävyysuhteista puhutaan harvoin, vaikka iäkkäiden tiedetään arvostavan erityisen paljon kontakteja oman ikäisiinsä (esim. Holmén ym. 1992; Victor ym. 2009). Ystävien ja tuttavien poismenolta harva yli 80-vuotias on välttynyt. Varsin yleisiä olivat haastateltavieni kertomukset siitä, miten ystäviä on viimeksi nähty yhteisen tuttavan tai ystävän hautajaisissa, ja vuoteen saattoi niitäkkin mahtua useammat. Yksinomaan ystävyysuhteisiin liittyvistä menetetyksistä ei kuitenkaan kerrottu. Läsnä oli myös toive siitä, että vanhemmitenkin voisi löytää uuden ja juuri itselle sopivan ystävän.

Olavin vaimolla on aikoinaan ollut monta sisarusta, joiden kanssa pariskunta oli paljon yhteyksissä. Nyt sisarukset ovat kaikki kuolleet, eikä tuttujakaan enää juuri näe, etenkin kaupungissa. Mökin seutuvilla heitä on onneksi edelleen. Olavia mietityttää etenkin työkavereiden kohtalo: heitä kun ei ole näkynyt enää vuosiin missään. Torilta ja kuukausittain järjestettäviltä markkinoilta ovat tutujen ihmisten rivit jo harventuneet.

Täällä on vähemmän tuttuja, täällä kaupungissa. Esimerkiks työkavereita ei tapaa enää yhtään, onko ne sitten sairastunu taikka kuolleet.

Ennen joskus vuosia sitten torille kun meni, niin siellä oli vanhoja kavereita työkavereita ja muita tuttuja, mutta nyt vaikka on markkinat taikka muuta, on paljon väkeä mutta ei yhtään tuttua saata löytää sitten joinakin päivinä siellä. (Olavi heinäkuussa 2012)

Veronsa ystäväpiiristä tai seuralämästä, kuten Olavi asian ilmaisee, on vienyt vuodet omaishoitajana, jolloin Olavi hoiti muistisairasta vaimoaan kotona. Vaimon sisarukset pitivät yhteyttä ja kävivät kylässä, mutta muuten *yhteksiä ei juuri ollut*. Vaikka vaimo on nyt ollut jo useamman vuoden ollut sairaalahoidossa, ei kyläilykulttuuria ole menetetyn tilalle syntynyt.

Ei oo sellasia, jotka kävis kylässä. Ei yhtään, vaikka joskus sitä toivoo, että olis, mutta ei oo sattunut sitten. Minä olin niin pitkään pois tällaisesta seuralämästä sen vaimon kanssa kun siinä meni ne viimeiset kolme vuotta sillä tavalla, että ei siinä pääsy oikein mihkään. (Olavi maaliskuussa 2010)

Tuula Mikkola (2009, 80) on tarkastellut puolisoahoivan arkea ja todennut puolison sairastumisen tai vammautumisen merkitsevän väistämättä muutoksia arkeen, mutta hoivaa antavien ja saavien pyrkivän siitä huolimatta pitämään huolen omasta elämästään ja sen jatkuvuudesta. Hoivan tarpeen lisääntyessä hitaasti ja vähitellen, se on usein helpompaa kuin silloin kun muutokset tapahtuvat nopeasti, ilman mahdollisuutta niiden ennakointiin. (Mt., 81–82; ks. myös Tikkanen 2016.) Olavi kertoo puolison sairauden edenneen hitaasti, mutta viimeiset vuodet olivat erityisen raskaita. Kotona sinniteltiin kahdestaan, vaikka öisin ei juuri nukuttu ja aika ajoin puoliso eksyi omille teilleen löytämättä takaisin kotiin. Muutoin kaikki arkinen toiminta rytmittyi kodin sisäpuolelle ja hoivan ympärille. Pariskunta oli yksin ja muista erillään (ks. myös Mikkola 2009; Tikkanen 2016). Raskaiden omaishoitovuosien jälkeen Olavi kokee arjen monin tavoin helpottuneen ja päivien olevan usein melko puuhakkaita kahvilakäyntien, lukemisen ja ruoanlaiton merkeissä. Ystäviä hän ei kuitenkaan ole löytänyt, hyvän päivän tuttuja kyllä. Olavi kaipaava hyvää ystävää, jonka kanssa voisi vaikka matkustella, mutta ennen kaikkea *sellasta kaveria, jolle vois jutella omia olemattomia huoliensa ja ilojensa*, hän tähdentää. Kahviloista juttuseuraa on löytynyt, *mutta ei siellä viiti kaikkia vaivojansa valitella*, Olavi toteaa. Vaikeissa elämäntilanteissa ystävät auttavat ”eteenpäin” kuunnellen, osoittaen myötätuntoa, tuottaen myönteisiä tunteita ja osallistuen tilanteen uudelleen arviointiin (Virtanen 2015). Jotta ystävyys voi syntyä, on löydettävä sama aaltopituus.

Ei minulla oikein sellasta kaveria ole, jonka kanssa voitais sitten käydä toistemme kotona. Kyllä minä olen katellut sitäkin ja samaten matkustamisen kanssa, mutta ei ole löytynyt sellasta. Kaikkien kanssa ei oikein pääse samalle aaltopituudelle, mutta täytyy toivoa, että josko tärppäis. (Olavi maaliskuussa 2010)

Olavi on jo pitkän aikaa haaveillut matkustamisesta, mutta yksin hän ei ole viitsinyt reissuun lähteä. Aikoinaan vaimon kanssa tuli käytyä *milloin missäkin*. Matkustelu jäi kun puolison sairaus eteni. Kun ensimmäisen kerran kohtasimme, Olavin toiveissa oli, että oikeanlainen kaveri löytyisi. Pari vuotta myöhemmin tuo toive on edelleen läsnä.

Ei oo tullu vaan [vastaan]. Kyllähän mä varmasti jaksaisin vielä jos olis joku kaveri siis niinku mieskaveri, ettei mitään naiskaveria ni. Ei mulla oikeen semmosta, jonka kanssa esimerkiksi joku Virossa käyntikin, semmonen pikkuretki. (Olavi heinäkuussa 2012)

Olavi on edellisenä syksynä viettänyt tyttären kanssa pari päivää kylpylässä, ja vastaavanlainen reissu on jälleen suunnitelmissa seuraavaa syksyä varten. Kesäisin Olavi ei juuri ystävän seuraa kaipaa, sillä aikaa kuluu mukavasti mökkitunneissa, pitkälle syksyyn saakka. Pimeän ja märän vuodenajan saapuessa *kaverin kaipuu* hiipi jälleen mieleen, mutta sellaista on vaikea löytää. ”Hitaana” ja hieman ujon puoleisena hämäläisenä Olavin ystävän etsintä on ollut lähinnä päänsisäistä pohdintaa, ei käytännön tekoja. Aika ajoin Olavin tulee seurattua lehdistä ilmoituksia erilaisista kerhoista, tapahtumista ja ryhmämatkoista, mutta konkreettinen askel asian eteen on jäänyt ottamatta. Suuremmin Olavi ei kuitenkaan asiaa murehdi: *en minä asialla vaivaa päätäni*. Hän pitää itseään erakkoluonteena, sillä ei juuri kaipaa ympärilleen hulinaa ja ihmisiä. *Yksi kaveri, jonka kanssa tehdä asioita yhdessä riittäisi vallan hyvin*, Olavi toteaa. Ohjatusta ystävätoiminnasta hän ei innostu. *En minä semmosta kaipaa. Sen täytyy sitten olla ihan ystävä*, Olavi virkkoo, kun kysyn voisiko ystävä löytyä paikallisen järjestötoiminnan kautta.

Erilaisten ryhmien, kerhojen ja ystäväpalvelun tarjoaman mielekkään tekemisen ja seuran on havaittu voivan lievittää yksinäisyyttä (esim. Palkeinen 2005a; Savikko 2008), mutta on selvää, että niiden myötä muodostuvien ihmissuhteiden ei tulisi olla millaisia tahansa, vaan ennen kaikkea itselle merkityksellisiä. Lawrence Weiss ja Marjorie Lowenthal (1975) havaitsivat keski-ikäisten ja eläköityvien aikuisten asettavan ystävyys-suhteille vähemmän toiveita ”samanaltaisuudesta” kuin nuorten tai vasta-avioituneiden. Ajan myötä ideaalin ja to-

Olavi asuu esikaupunkialueella kerrostaloasunnossa, johon muutti 1980-luvulla puolisonsa kanssa. Puoliso on asunut hoitokodissa useamman vuoden ajan. Aiemmin Olavi huolehti Alzheimerin tautiin sairastuneesta vaimostaan kotona. Olavi on tehnyt pitkän työuran kaupungin palveluksessa. Eläkkeelle hän jäi kuusikymppisenä, mikä oli yksi Olavin elämän kohokohtia. *Viimenen tilipussi oli pitkään vielä esillä, että tuntu mukavalta kattoo, että nyt se loppui tähän.* Olavi kertoo naurahtaen.

Olavilla on kaksi lasta, jotka asuvat perheineen parin tunnin ajomatkan päässä. Suhteet lapsiin ja lapsenlapsiin ovat hyvät ja *sopivan läheiset*. Yhteyttä pidetään yllä puhelimitse ja kesäisin nähdään mökillä, jossa Olavi viettää suurimman osan kesäkuukausista. Olavilla on käytössään oma auto, jota hän käyttää päivittäin. Syksyllä hänellä on edessä ajokortin uusiminen, mikä jännittää. Ilman autoa Olavi joutuisi luopumaan mökkeilystä ja vaimon luona olisi vaikeaa käydä. *Pikkumökki* on tunnin ajomatkan päässä Olavin kotoa ja sieltä hän ajaa kesäisin hoitokodille muutaman kerran viikossa puolisoa katsomaan. Kun mökkiaika syksyisin päättyy, Olavin arki siirtyy kaupunkiin.

Olavin tavanomainen päivä alkaa aamun lehdellä ja puurolla, minkä jälkeen edessä on päivän suunnan pohdinta. *Se on vähän sellasta, että aamulla täytyy lukea lehdet. Taikka lehti, minulle tulee Etelä-Suomen Sanomat. Aamupuuro on tietysti ensiks keitettävä. Sitten sitä miettii, että mitähän sitä.* Aamupuuhien jälkeen Olavi lähtee yleensä kaupungin kahviloihin, joista useimmiten löytyy juttukavereita. Olavin suosikkikahvila on kaupungin keskustan tuntumassa. Kahvilan työntekijät ovat tulleet hänelle tutuiksi. Yksi työntekijöistä on ottanut tavaksi tuoda päivän iltapäivälehden Olavin luettavaksi, mikä ilahduttaa kovasti. Kaupungilla vierähtää lähes aina useampi tunti. Olavi pitää autossa mukana kävelysauvoja ja silloin tällöin hän piipahtaa kaupunkireissuillaan lähimaastoon kävelylenkille.

Kotona Olavi viihtyy melko hyvin, joskin kotityöt jäävät usein lukemisen jalkoihin. *Lukemisessa aika ei kyllä tule pitkäksi. Siellä varttuu pölynimurit*

ja muu. Olavi kertoo. *Jos näkö menisi, eikä enää voisi lukea, elämä olisi kauheaa,* hän toteaa.

Olavilla ei ole juuri ketään, joka kävisi kylässä tai jonka luona hän voisi käydä. Olavi jäi pois *seura-piirielämästä* omaishoitovuosien aikana. Nuorempana kyläilypaikkoja oli paljon, sillä vaimolla oli paljon sisarusia. Heistä valtaosa on nyt jo edesmenneitä. Olavin omat sisarukset ovat huomattavasti nuorempia, eikä tiivistä suhdetta heihin ole rakentunut. Työkavereita hänellä on ollut paljon, mutta hekin ovat joko sairastuneet tai kuolleet. Olavi toteaa eläneensä liian kauan, sillä *kaikki muut ovat jo lähteneet*. Talvisaikaan päivät eivät ole *kummoisempia* ja syksyisin iskee *syysmasennus*, jota on hoidettu mielialälääkkeillä. Kesäisin mökki pitää mielen virkeänä, eikä silloin ole *puhettakaan, että tarvitsisi jotain lääkitystä*.

Olavi kertoo olevansa syksyisin saamaton ja muutenkin luonteeltaan *tuumija*, joka käyttää paljon aikaa asioiden pohdiskeluun. Hän on usein miettinyt osallistumista erilaisiin kerhoihin, mutta ei ole saanut aikaiseksi. Myös matkustelu on Olavilla haaveissa. Yksin hän ei enää uskalla lähteä, ja kokee, ettei hänellä ole saman henkisiä kavereita, joiden kanssa voisi matkustella. Olavi on asian suhteen kuitenkin varsin toiveikas: oikeanlainen ystävä voi vielä tulla vastaan.

Toisaalta Olavi tuo useaan otteeseen esiin erakko-luonnettaan. Hän kokee olevansa ihminen, joka viihtyy hyvin yksin. *Ei se yksinäisyys minulle niin kauheeta merkitse. Minä olen sellainen erakko-luonne kerta kaikkiaan. Minä en niin kaipaakaan sellasta suurta hulinaa ja ihmisiä ympärille. Minulle käy ihan hyvin tämmönen yksinäisyys,* hän toteaa ja kertoo olevansa tyytyväinen siihen mitä on. Fyysinen kunto on pysynyt hyvänä, eikä Olavi ole joutunut jäämään kotiin, jos ei ole halunnut. Kun hänen tekee mieli kulkea, siihen on mahdollisuus, paitsi juhlapyhinä. Ne ovat rasittavia. *Se niinkun katkasee tämän normaalin päivärytmin.* Normaalisti minä käväisen tuossa kaupungilla kahvilla, mutta meepäs jouluna. *Ei siellä mitään omissään, kaikki on tietysti kotona ja viettää joulua. Sillon sitä ajattelee, että pahuksen pyhät kun niitä tulee tämän tästä niin paljon,* Olavi toteaa. ■

dellisen ystävän erot myös vähenivät, jonka he arvelivat johtuvan siitä, että vanhemmiten ihmiset kuvasivat ystävyys-suhteita realistisempina kuin nuorempana tai siitä, että vanhemmiten heistä tuli valikoivampia. Ystäväverkostojen tiedetään kuitenkin pysyvän suhteellisen homogeenisinä elämänkulun varrella niin ystävien määrän kuin heidän taustojensa ja jaettujen mielenkiinnon kohteiden suhteen. (Samter 2003, 661–662.)

Meta-analyysin ystävyys-suhteista tehneen Wendy Samterin (2003) mukaan vanhempien ihmisten ystävyys-suhteet eroavat merkittävästi nuorempien aikuisten suhteista. Ne eivät enää ole yhtä intensiivisiä, eikä läheisyys, tuki tai tunteiden käsitteleminen näyttele yhtä suurta roolia kuin nuoremmilla. Samterin mukaan ystävyys-suhteet ovat toki tärkeitä myöhemmälläkin iällä, mutta emotionaalisen tuen sijaan korostuvat virikkeet ja seura, etenkin se, että on joku jonka kanssa nauraa. (Mt., 667.) Eri-ikäisten miesten ystävyys-suhteita tutkinut Ira Virtanen (2013, 231) pohtii tämän voivan osaltaan selittää sitä, miksi vanhemmat ihmiset hyväksyvät lähipiiriinsä ihmisiä, joiden kanssa sitoutuneisuus, tuki ja yhteisymmärrys ei välttämättä saavuta syvintä mahdollista tasoaan: ”hioutunut sosiaalinen kyvykkyys ja sujuvampi mukautuminen ympäristön vaatimuksiin saattavat puoltaa keventyvää ystäväkategorisointia”. Näin voi hyvinkin olla, joskin kohtaamani ikääntyvät kertoivat myös toisenlaisista kokemuksista. Kavereita tai tuttaviam saattaa olla, mutta heistä ei välttämättä ole sellaisiksi, joita erityisesti kaipaisi (vrt. Zechner ja Sointu 2010). Esimerkiksi Aatoksella on naapurustossa paljon tuttaviam, mutta varsinaisia ystävyys-suhteita ei heidän kanssaan ole syntynyt:

Harvemmassa on sitten taas semmosia, joitten kanssa enemmän viihdytti. Joitakin on semmosia, että kun tapaa tossa pihalla, niin niistä ei pääse eroon. Ne sitten puhuu vaikka kuinka, ei lopeta millään. Monta kertaa täytyy sanoa, että ei tässä tarkene olla eikä seisoa (naurahtaen). (Aatos maaliskuussa 2010)

Samansuuntaisia kokemuksia on Vilholla. Naapurissa asuva mies käy hänen luonaan miltei päivittäin, mutta usein *pikku hensselissä*, mikä ei aina ole Vilhon mieleen.

Naapuruussuhteita on pidetty tärkeinä yksilön hyvinvoinnin kannalta (esim. Helliwell ja Putnam 2004), mutta on myös havaittu, ettei niillä ole vaikutusta yksinäisyyden kokemukseen (esim. Berg ym. 1981; Seppänen 2001). On totta, että naapuruussuhteet eivät useinkaan korvaa muita ihmissuhteita, mutta niiden muuttaminen muotoaan voi osaltaan aiheuttaa surua ja yksinäisyyden tunteita (Vuorinen 2009, 132–133). Tämä käy ilmi erityisesti Vilhon puheesta. Hän

on aikoinaan muuttanut saman kunnan sisällä maaseudulta kirkonkylän läheisyyteen ja pohtii elämänmenon olevan uudessa asuinympäristössä varsin erilaista kuin ennen. Kuten aiemmin kerroin, Vilho pyrkii huonon kuulonsa vuoksi välttämään paikkoja, joissa on paljon ihmisiä kerrallaan. Maaseudulla tutuksi tullutta kyläilykulttuuria hän kuitenkin edelleen kaipa.

Se on säilynyt tuolla sivukujilla vieläki. Takavuosina menttiin iltasella istumaan kylään, taikka viimeistään pyhänä. Muistan lapsena kun pyhäiltä lähti minunkin vanhempani naapuriin istumaan taikka tuli naapureita meille. Se on jäänyt pois sen laatunen seurustelu. (Vilho joulukuussa 2009)

Leena Vuorisen (2009) tutkiman maalaishäikylän asukkaat kuvaavat kanssakäymisen sekä sukulaisten, naapureiden ja ystävien kesken olleen runsaampaa muutama vuosikymmen takaperin. Kun aiemmin yhteydenpito on ollut tiivistä, sosiaalinen elämä on vähitellen hiljentynyt, pääosin oman ikääntymisen myötä. Kyläilykäytänteidenkin koetaan muuttuneen: ennen kylään saattoi mennä ilmoittamatta, nykyisin siitä on sovittava etukäteen, eikä yllätysvierailuita rohjeta tai haluta enää tehdä. (Mt., 130–131.) Myös Vilho kertoo miettivänsä tarkkaan tohtii sitä vain mennä pimputtamaan toisen ihmisen ovikelloa.

Tuossa lähellä asuu pikkuserkkuni, sekin on ikäihminen. En oo siinäkään arvannu käydä kun seki on mua vuotta vanhempi ja sitä ei koskaan tiedä mitä tykkää kun menee. Jos haluaa olla yksin, ettei halua puheka-veria. Minä kerran menin ja sillä oli siellä siivoja, niin mua harmitti kun menin häirittee. (Vilho joulukuussa 2009)

Sosiaalisen elämän hiljentymiseen on herätty etenkin suomalaisessa lähiökeskustelussa, jonka parissa lähiöasukkaiden olemattomat naapuruussuhteet on usein mainittu ongelma. Huoli asukkaiden yksinäisyydestä ja sosiaalisesta eristäytyneisyydestä oli erityisesti 1960–1970 -luvun lähiökirjoittelun keskeinen teema kun taas 1970-luvun loppupuolella huomio kiinnittyi lähiöasukkaiden juurettomuuteen. Maalta muutaneiden asukkaiden sopeutumista urbaaniin elämään tuettiin jopa yhdyskuntatyön keinoin. (Roivainen 1999, 101; ks. myös Sepänen 2001.) Sosiologian suuret nimet Beck (2002) ja Bauman (2001) ovat kirjoittaneet elämän kasvavasta pirstaloitumisesta, epävarmuudesta ja yhteisöjen hajoamisesta. Yksilöllistymisen myötä vahvan yhteisöllisyyden on korvannut löyhiin ja vaihteleviin yhteisöihin kuuluminen, joka mahdollistaa yksilöllisyyden vaalimisen ja sen tukemisen (Lähtenmaa 2000, 72). Vilhon kokemus osoittaa, ettei tällaisten löyhien suhteiden välillä sukkuloiminen aina onnistu.

Myös Jukka Kangasniemi (2005) on esittänyt monien modernin yhteiskunnan piirteiden edistävän etenkin sosiaalisen yksinäisyyden syntymistä nostaten esimerkeikseen muun muassa perinteisten yhteisöjen hajoamisen, sosiaaliseen asemaan kohdistuneet odotukset ja syrjäkylien näivettymisen kaupungistumisen kustannuksella. Kaupungistumisen synnyttämään huoleen on aikoinaan herännyt moni muukin yksinäisyyttä käsitellyt tutkija. Muun muassa Perlman ja Fehr (1987) ovat nähneet ongelmallisena sen, että samalla kun läheisten ihmissuhteiden merkitys on kasvanut (Veroff, Douvan ja Kulka 1981), kaupungistuminen ja avioerojen lisääntyminen ovat vähentäneet mahdollisuuksia ylläpitää tai luoda uusi läheisiä ihmissuhteita. Hyvän ystävän kaipuusta ja muuttuneista ystävyys-suhteista kertoi myös Lauri, joka on elänyt viime vuodet yksin, kahden avioeron jälkeen.

Laurilla on kaveri, jonka kanssa on tunnettu vuosikaudet, käyty yhdessä tansseissa ja kalassa. Kun kaveri on tavannut nykyisen puolisonsa ja muuttanut hänen kanssaan kauemmaksi maaseudulle, yhteydenpito on muuttunut erilaiseksi, mitä Lauri nyt harmittelee. Laurin toiveissa on ollut, että mies kutsuisi kylään ja yhdessä voitaisiin istua iltaa vaikkapa saunomisen merkeissä, mutta näin ei kuitenkaan ole käynyt.

Harmittaa vähän kun on sen kanssa semmoinen suhde, että vaikka monta vuotta ollaan tunnettu, niin koskaan se ei sano, että lähettään heille. Kun heilläkin on auto, millä se kulkee. Että lämmitetään sauna ja jutellaan, mutta se ei oo semmoinen kaveri. Täällä se kyllä käy, mutta sinne ei voi mennä. (Lauri joulukuussa 2009)

Laurille olemassaoleva ihmissuhde on tärkeä, mutta se ei ole riittänyt täyttämään hänen kaipuutaan ystävästä, jonka kanssa viettää aikaa kyläillen puolin ja toisin. Erityisesti Lauri tuntuu kaipaavan vastavuoroisuutta, sitä ettei ystävyys-suhteissa mentäisi vain toisen ehdoilla (Samter 2003, 639). Virtanen (2013, 247) toteaa parisuhteen puuttumisen olevan sitä toivovalle miehelle jo huolenaihe sinänsä, mutta sen, että ystävät löytävät kumppanin voivan merkitä voimakasta kokemusta yksin jäämisestä ja sen myötä elämään tyytyväisyyden heikentymistä. Kokemus vastavuoroisuudesta voi merkittävästi horjua, jos ystävällä ei ole aikaa tai mahdollisuuksia pitää yhteyttä samalla tavoin kuin ennen. Myös yhdessä olemisen tavat voivat muuttua. Esimerkiksi arkinen yhdessäolo, jota Laurikin tuntuu kaipaavan, kuuluu useimmiten parisuhteeseen ja nuorten miesten ystävyys-suhteisiin, ei ruuhkavuotiaan eläville tai ikääntyville miehille (Virtanen 2013, 240).

Oman aineistonsa esimerkkien myötä Virtanen (2013, 240) pohtii, missä määrin ystävät ovat tietoisia toistensa toiveista: olettaako parisuhteessa elävä,

että yksinelävällä on riittävästi seuraa muista suhteista ja millainen käsitys suhteen osapuolilla on velvollisuudesta tukea toinen toistaan? Myös Laurin osalta mietin, onko hän kertonut kaverilleen omista toiveistaan yhteydenpitoon liittyen. Kaveri ei ehkä ole ollut tietoinen siitä, että Lauri haluaisi tulla kutsutuksi kylään. Yksilön käsitys ystävänä olemisesta on hyvin subjektiivinen kokemus, joka elää ajassa ja suhteen muutoksissa (mt., 229). Ystävyys-suhteen todellista luonnetta on siis vaikea, jopa mahdoton arvioida ulkopuolelta, eikä se liene tässä kohdin tarkoituksenmukaistakaan.

Pari vuotta myöhemmin Lauri kertoo jälleen kaveristaan. *Sanoo aina, että mie sitten soitan milloin mie tulen*, hän toteaa ja selvästi harmittelee sitä, että yhteydenpito on edelleen mennyt kaverin ehdoilla. Laurin tehtäväksi on jäänyt odotella hänen soittoaan. Aikuisiän ystävyys-suhteista helpoimpia ylläpitää näytävät olevan ne, joissa ystävyksillä on samanlainen elämänvaihe (Virtanen 2013, 247). Perheelliset pitävät yhteyttä perheellisiin ja sinkut sinkkuihin, näin kärjistetyksi sanottuna. Saman voi ajatella pätevän isovanhemmukseen. Isoisillä lapsenlapsiin käytetty aika vie aikaa ystävyys-suhteilta (mt., 243), mutta Laurilla jälkeläisiä ei ole. Näin ollen hän eroaa monin tavoin ikäisistään miehistä, joilla on vähintään jompikumpi: parisuhde tai lapsia ja heidän lapsiaan. Laurin kertoessa elämänsä historiastaan ymmärrän, ettei hänellä ole ollut kovinkaan montaa ystävää elämänsä varrella. Repaleisen työuran vuoksi ystäviä ei ole työvuosiltakaan jäänyt. Vanhemmat sisarukset ovat hänelle erityisen tärkeitä, mutta he asuvat kaukana, joten yhteydenpito heihin on vähäistä.

Tutkimuksissa on usein nostettu esiin naisten olevan niitä, jotka ylläpitävät niin ystävyys- kuin perhesuhteita, minkä myötä yksin elävät miehet jäävät helposti sivuun sosiaalisista suhteista (Haavio-Mannila ym. 2009; Virtanen 2013; Lumme-Sandt ja Lyyra 2013). Kysymyksen siitä, kuka ystävyys-suhteita aikoinaan oli ylläpitänyt, otin puheeksi Paulin kanssa. Noin vuosi aiemmin hänen puolisonsa oli kuollut. Pauli kertoi ystävärintamalla olleen hiljaista jo pidemmän aikaa. Yhteydenottoja tuli pian avovaimon kuoleman jälkeen, mutta vähitellen ne jäivät. Nyt Paulia harmittaa, että hän on ystävyys-suhteissa aina ollut se, joka tekee aloitteen.

Kyllä mä luulen että ne enemmän oli jo sillon minun tuttaviani, että minä pidin huolta, et yhteydet toimi. Minä soittelin aina. Mut nyt en enää ole paljon soitellut kun ei mul mullekaan kukaan soittele. (Pauli heinäkuussa 2012)

Sekä Virtanen (2013) että Samter (2003) ovat kuvanneet vanhempien miesten kaipaavan ystävyys-suhteilta vähemmän tukea ja vahvistusta elämän epävarmuuksiin kuin nuoremmat. Virtanen (2013, 244) esittää tämän voivan johtua

siitä, että elämänkumppanilta saatu tuki riittää ja että mies on oppinut tuntemaan itsensä tehdäkseen itselleen sopivat ratkaisut ilman suurempaa tarvetta toisten neuvoille. Pauli kuitenkin tuntui jo ennen puolison kuolemaa kaipaavan ennen kaikkea ystävää, jonka kanssa vaihtaa ajatuksia niin sanotusti pintaa syvemmältä (ks. s. 101). Harrastusporukoiden kanssa tuli vietettyä aikaa parikin kertaa viikossa, mutta mahdollisuuksia pidemmille keskusteluille ei noissa tilanteissa ollut: aikaa oli liian vähän tai melua liian paljon. Puolison kuoleman jälkeen tuen ja juttukaverin tarve muodostui entistä suuremmaksi. Pauli olisi halunnut puhua surustaan jollekin, mutta hänestä tuntui, ettei kukaan ollut valmis kuuntelemaan.

Toisin kuin perheenjäsenet, ystävät tarjoavat harvoin instrumentaalista tukea, eikä sitä heiltä juuri kaivata (Adams ja Blieszner 1995; Haapola ym. 2013). Kuunnellen, osoittaen myötätuntoa ja osallistuen tilanteen uudelleen arviointiin ystävät auttavat eteenpäin vaikeissa elämäntilanteissa (Virtanen 2015). Paulilla on ollut ystäviä elämänkulun varrella, mutta ei ystävyys-suhteita, jotka hän kokisi tunnetasolla läheiseksi. Laurin tavoin Pauli on ollut useammassa parisuhteessa ja erojen myötä pariskunnittain muodostuneet ja ylläpidetyt ystävyys-suhteet ovat katkenneet tai ainakin muuttaneet muotoaan (Castrén 2009). Jos ystävyys-suhteen laadulliset kriteerit täyttyvät, elämäntilanteen muutosten ei kuitenkaan pitäisi vaikuttaa kaikkein läheisimpinä pidettyihin ystävyys-suhteisiin (Virtanen 2013, 230). Toisin kuin muut kohtaamani ikääntyvät Pauli ei juurikaan kerro ystävien tai tuttavien poismenosta. Tämä voi johtua siitä, että hänen sosiaalinen verkostonsa on ollut monenlaisten muutosten alla elämänkulun varrella, eikä se siten ole koskaan vakiintunut tietynlaiseksi tai tiettyjen ihmisten ympärille. Ystäviä ja tuttuja on jo aiemmin tullut ja mennyt, ei siis ainoastaan ikääntymisen myötä.

Annelin kohdalla tilanne on hyvin toisenlainen, sillä hän on elämänsä aikana solminut monia ystävyys-suhteita. Perheettömänä ystäväpiiri ja sisarukset ovat olleet hänelle erityisen tärkeitä. Viime vuosina Annelin mieltä on kuitenkin painanut vähentynyt yhteydenpito eri puolilla Suomea asuviin ystäviin. Ennen liikkuminen oli spontaanimpaa ja kauempaakin saatettiin lähteä yllätysvierailulle, mutta sellainen on syystä tai toisesta jäänyt. Ystävät eivät enää jaksa liikkua samalla tapaa kuin ennen tai hoitavat sairaita vanhempiaan, jolloin aikaa ja mahdollisuuksia kyläilyyn ei ole kuten ennen. Yhteydenpito on yhä useammin puhelimen ja postin varassa, mikä ei ole riittänyt korvaamaan kasvokkaista yhdessä-oloa. *Sanoin että "laita nyt kortti kuitenkin"*, Anneli kertoo todenneensa ystävälleen, joka ei suunnitelmista huolimatta päässytkään kylään lomareissullaan.

Kerroin aiemmin Olavin jääneen pois seurapiirielämästä omaishoitajuuden myötä. Myös Anneli ottaa aiheen puheeksi, joskin ystävän näkökulmasta. Hän

on aikoinaan kulkenut harrastuksissa lähistöllä asuvan ystävän kanssa, mutta ystävän puolison sairastuttua yhteiset menot ovat jääneet.

Sen yhen rouvan kanssa justiinsa, joka on tos lähellä asunu, ni aika paljon aina käytiin noissa semmosissa iltatilaisuuksissa sillo aikasemmin, mutta nyt kun hänen se mies on sairas, ni nyt ei oo sitte enää. Et nyt ne iltamenot on jääny sitte oikeestaan. (Anneli heinäkuussa 2012)

Annelin kokemukset vahvistavat ajatusta siitä, että ystävyysuhteita on helppointa ylläpitää elämäntilanteiden ollessa samankaltaisia. Yksin elävänä ja fyysisesti hyväkuntoisena hänen olisi vielä mahdollista liikkua ja harrastaa, mutta monella muulla hänen ikäisellään painavat velvollisuudet puolisoa tai nuorempia ja vanhempia sukupolvia kohtaan, eikä liikkuminenkaan suju kuten ennen. Anneli kertoo kuitenkin olevansa myös itse aktiivinen ystävyysuhteiden luomisen ja niiden ylläpitäisen suhteen. Hän on esimerkiksi ottanut yhteyttä entuudestaan tuntemattomaan ihmiseen lehti-ilmoituksen kautta ja osallistunut erilaisille retkille, joissa uusia ihmisiä on ollut mahdollista tavata. Varsinaisia ystävyysuhteita ei kuitenkaan niiden kautta ole syntynyt.

Ystävän kaipuusta kertoo myös inkerinsuomalainen Helmi, joka oli ensimmäisen kohtaamisemme aikoihin asunut Suomessa kymmenisen vuotta. Virossa asuessa Helmillä oli naapurissa ystävä, jonka kanssa pidettiin yhtä niin lenkkeilyn kuin muunlaisen yhdessäolon merkeissä. Naapurilla oli tapana kolkuttaa oveen ja tulla kylään tai kutsua luokseen. *Hän on vähän pienempi minusta ni semmonen ihan ohukainen kun minäkin, me sovimme ain hyvin* [yhteen], Helmi kertoo. Helmin muutettua Suomeen yhteydenpito on jäänyt vähäiseksi. Ystävä ei ole vielä koskaan käynyt kylässä, vaikka se on kovasti ollut Helmin toiveissa. Soiteltua tulee silloin tällöin, mutta pitkiä aikoja ei puhelimesta jutella. *Oi tämä tulee kalliksi*, ystävä oli huudahtanut viime puhelun aikana. Uudesta naapurustosta Helmi ei ole löytänyt samanlaista ystävää, vaikka hän on sellaista yrittänyt etsiä. Kaipuu kotipaikkakunnalle onkin ollut Helmin mielessä yhä useammin.

6.3 Vieraalla maalla

Paluumuuttajuudestaan huolimatta Helmin on ollut vaikea sopeutua Suomeen, sillä kaivattuja ystäviä ei täältä ole löytynyt. Naapurustossa on yksittäisiä tuttavuuksia, mutta yhteydenpito heihin on satunnaista. Kuulumisia saatetaan vaihtaa

vastaan tullessa, mutta kylälijöitä ja kyläpaikkoja ei juuri ole. Pojan perheen lisäksi kohtaamiset ja yhteydenpito ulottuvat lähinnä oman kieliryhmän edustajiin, pääosin toisiin inkerinsuomalaisiin. Helmi sanoo, ettei suomalaisiin ole helppo tutustua. Täällä ihmiset ovat enemmän omissa oloissaan.

Minä olen huomannut, jotta suomalaisten kaa ei voi mitenkään ystävyyttä saada. Ihan totta. Minä olen kuullut meikäläisiltä vissiin täältä, että suomalaiset ovat villit ihmiset. Eivät he ole paha, mutta he ovat tottuneet yksin olemaan. He ovat oppineet olemaan yksin. (Helmi maaliskuussa 2010)

Suomalaisten erilaisuudesta huolimatta Helmi kertoo viihtyvänsä Suomessa suhteellisen hyvin, mutta ikävöivänsä usein entiseen kotimaahansa³². Erityisesti hän kaipaakin sinne jääneitä ihmisiä, ystäviä ja sukulaisia, sekä yhdessäolemisen tapoja: *Tietysti mulla oli kovin ikävä sinne. Kovin ikävä oli. Siel mulla oli naapuri, hän aina kävi mulla. Hän aina tuli, ain keskustelimme. Ain oli juttua.* Helmin yksinäisyydessä ajattelen olevan kyse kuulumattomuuden kokemuksesta, joka linkittyy vieraalta tuntuvaan kulttuuriin ja olemisen tapoihin. Tim Cresswellin (2005, 26) mukaan paikka on identiteetin rakentamisen raakamateriaalia. On puhuttu paikallisidentiteetistä, joka määrittää sen kuka ihminen on ja hänen elinympäristönsä, jolloin siinä kiteytyvät sekä henkilökohtainen että kollektiivinen identiteetti (Hänninen 1998, 117). Leena Vuorisen (2009, 99) mukaan molempien voi ymmärtää vastaavan kysymyksiin ”keneksi voin tulla” ja ”kuinka minut esitetään”, ei niinkään siihen ”kuka minä olen” ja ”missä minä olen” (Hall 2005, 250–252). Paikallisidentiteetti voi kuitenkin rakentua monien paikkojen varaan: asuttaessa useilla paikkakunnalla, jopa eri maissa, ei juurruta mihinkään tiettyyn paikkaan. Tällöin paikkaan liittyiä muistoja rakentuu useiden paikkojen ympärille. (Vuorinen 2009, 101.) Paikoillaan Helmikään ei ole pysynyt, kaikkea muuta. Hänen muuttohistoriansa on värikäs, mihin on vaikuttanut niin Suomen kuin Viron naapurimaa Venäjään kietoutuva historia: *Minä olen monet paikat asunut, mis mä olen kulkenut. Äitini sano, me olemme kuin mustalaiset. Karjalaan menimme sitten jälleen,* Helmi kertoo.

Helmin ikäpolvesta ja sitä vanhemmista monet ovat joutuneet muutamaan pois kotiseudultaan sodan tai muun pakon sanelemana. Tällöin muutto voi merkitä hyppäämistä pelottavaan tuntemattomaan merkiten kaipuuta ja ikävää. Monelle erityisen vahvaksi on muodostunut suhde luovutettuun Karjalan koti-

³² Sari Heikkisen (2015, 60) mukaan tällainen positiivisuuspuhe saattaa heijastaa maahanmuuttajien tapaa idealisoida asioita uudessa ympäristössä, mikä helpottaa muutoksen hyväksymistä.

seutuun. (Vuorinen 2009, 101–102.) Vuorisen (mt.) mukaan karjalaisuus koetaan usein niin vahvaksi identiteetiksi, ettei se muutu vanhetessa tai heikkene uusien paikallisidentiteettien rakennusainesten myötä. Helmin kohdalla tilanne on toinen, sillä hän on ollut pieni lapsi jättäessään Karjalan kotiseudun taakseen. Suomalaisena hän ei itseään pidä vaan ennen kaikkea virolaisena, sillä Virossa hän on asunut suurimman osan elämästään. 2000-luvun alkupuolella Helmi päätyi takaisin Suomeen, *koska miniälle oli kerrottu, että täällä olisi tiedossa parempi elämä, ei tarvitsisi nähdä nälkää*.

Historian saatossa maasta toiseen on muutettu työn ja ”paremman elämän” perässä, mikä näkyy edelleen suurimpana syynä Euroopan sisällä tapahtuvalle muutolle (Heikkinen 2015, 16)³³. Helmin tavoin entisestä Neuvostoliitosta Suomeen muuttaneita iäkkäitä tutkinut Sari Heikkinen (mt.) toteaa sosiaalisten verkostojen tulevan herkästi uhatuiksi ihmisen muuttaessa uuteen maahan. Erityisen haavoittuvassa asemassa ovat vanhemmat ihmiset: uuteen kotimaahan muutettuaan he saattavat elää hyvin eristäytynyttä elämää, vaikka heidän mukana olisi muuttanut laajoja perheverkostoja. (Mt., 22.) Perhe usein sanelee niin lähtemisen kuin jäämisen syyt (Huttunen 2002), kuten myös Helmin kohdalla, mutta kaikkia ihmissuhteita ja niihin liittyviä toiveita eivät perheenjäsenetkään pysty korvaamaan.

Paikkaa ja paikkasuhdetta käsittelevissä tutkimuksissa on usein tarkasteltu tiettyjä maantieteelliseen paikkaan sidottuja yhteisöjä (Vuorinen 2009, 96). Kulttuurisesti ja sosiaalisesti konstruoitu paikka on kuitenkin usein merkityksellisempi kuin maantieteellisesti sijoitettavissa oleva paikka (Wiborg 2004). Paikan tuntu syntyy siihen kuulumisen ja osallisuuden kautta, jolloin toiset ihmiset ja sosiaaliset suhteet ovat yksi merkittävimpiä tekijöitä paikkasuhteessa ja sen muodostumisessa (Peace, Holland ja Kellaheer 2011, 57). Paikkasuhteen syntymiseen ei riitä yhden tai kahden ihmisen tunteminen: tarvitaan runsaampaa osallistumista ja laajempaa mukanaolon kokemusta ennen kuin paikasta muodostuu itselle tärkeä. (Vuorinen 2009, 98–99.) Kiinnostavasti myös yksinäisyyttä on kuvattu symbolisesti paikattomuutena, kuulumattomuutena ja kodittomuutena (Kauko 2015, 36). Vastaavasti kokemuksen paikkaan kuulumisesta on todettu vähentävän kokemusta yksinäisyydestä (Stanley ym. 2010; Prieto-Flores ym. 2011).

Yksinäisyyttä useammin maahanmuuttajia koskevissa tutkimuksissa on tarkasteltu sosiaalista syrjäytymistä ja osallistumattomuutta erilaisiin aktiviteetteihin, joiden on todettu olevan yhteydessä etniseen taustaan ja linkittyvän tiettyihin asuinalueisiin, erityisesti kaupunkien laitamiin (esim. Scharf, Phillipson, ja

³³ Kasvava määrä on myös niitä, joiden kohdalla kyse on humanitäärisistä syistä esimerkiksi köyhyyden, luonnonkatastrofien, poliittisen sorron tai rodullisten vihamielisyyksien vuoksi (http://emn.fi/files/1164/EMN_Maahanmuuton_tunnusluvut_2014.pdf).

Helmi asuu esikaupungissa kerrostalon vuokra-asunnossa. Hän on inkerinsuomalainen, syntynyt Virossa ja asunut Suomessa viitisentoista vuotta. Helmi on ollut koko ikänsä *työihminen* ja tehnyt aikoinaan paljon töitä tehtaalla. Suomeen hän muutti poikansa perheen perässä. Poika ja miniä asuvat samassa kaupungissa. Lapsenlapsia Helmillä on useampia, mutta he ovat jo muuttaneet kauemmaksi opiskelemaan.

Helmi on innokas kotitöiden tekijä. *Lukisin, en ehdi. Kysy, että mitä sinä teet? Ihan totta se viep aikaa, täytyyhän toisia töitä tehdä*, Helmi selittää. Koti on mukava pitää siistinä. Tekemistä riittää: milloin on pestävä ikkunat, milloin taas siivottava koko huusholli. Arkiaskareissa Helmi pärjää hyvin ilman apua. Kauppaostokset hän hoitaa pääasiassa kävellen. Omaa autoa ei ole eikä Helmi halua käyttää linja-autoakaan, sillä se on kallista. *En minä niin rahoja käytä hukkaan, hyvänen aika. En minä hullu ole*, Helmi toteaa. Askel on kepeä, kuten ohikulkija kerran huomautti: *Minulla on niin se askel, kevyt askel sanotaan. Kerran kun tulin keskustasta, sieltä kaupungista. Kannoin [kauppakasseja] ylös mäkeä, mies tuli ja sano, että sulla on kepeä se askel. Minä sanoin, että minulla olis vielä kepeempi, jos minulle ei olis näitä kasseja*, Helmi kertoo naurahtaen.

Vaikka kauppakassien kantaminen ylös isoa mäkeä tuntuu aika ajoin raskaalta, Helmistä on hyvä, että liikkeelle tulee lähdettyä. Muutoin Helmin ei tulisi juuri vietettyä ulkoilmassa aikaa. Hän on lukenut, että aika ajoin vaivannut päänsärky saattaa johtua siitä, ettei ulkoile riittävästi. *No tänään juoksentelin sosiaalitoimistoon*, Helmi toteaa. Kaupungilla hän asioi lähinnä pankki- ja Kela-asoiden takia, ja ne ovatkin aiheuttaneet melkoisesti päänsäryä. Helmillä on taas selviytyksiä tehtävänä, tällä kertaa toisesta maasta saadusta eläkkeestä ja ulkomaanmatkoista. Helmin on oletettu jääneen Viroon asumaan, vaikka hän oli siellä vain käymässä. Paperisota on aiheuttanut stressiä ja Helmi kertoo laihtuneensa

näiden huolien vuoksi. Myös hiusten harmaantuminen johtuu Helmin mukaan sotkuista virastojen kanssa. Lähellä asuva miniä on ollut onneksi apuna lomakkeiden täyttämässä.

Samalla asuinalueella asuu paljon inkerinsuomalaisia ja he pitävät jonkin verran yhteyttä, mutta eivät niin tiiviisti kuin Helmi toivoisi. Helmi puhuu inkerinsuomalaisista ”meikäläisinä”, heitä yhdistävät jaetut elämäkokemukset. Helmi kertoo paljon lapsuudestaan, Stalinin ajoista, jolloin koko perhe lähetettiin Siperiaan. Helmin mielestä ystävystyminen suomalaisten kanssa on vaikeaa. Hänen mukaansa suomalaiset eivät juuri seurustele toistensa kanssa eivätkä naapuritkaan juuri pidä yhteyttä. Yläkerran rouva on kuitenkin aika ajoin pyytännyt Helmin kylään ja auttanut käytännön asioissa, esimerkiksi silloin, kun Helmin asunnossa oli remontti.

Helmi kuuntelee radiosta mieluiten venäjänkielisiä kanavia, esimerkiksi Sputnikia. Suomeen muuttuaan Helmi kävi kirkon lauluryhmässä sekä tanhuryhmässä, jossa oli mukana muita inkerinsuomalaisia ja jonka kanssa reissattiin eri puolilla Suomea. Kodin ulkopuoliset harrastukset ovat kuitenkin jääneet viime vuosina vähemmälle, sillä kepeästä askeleesta huolimatta lonkka on alkanut reistailla. Sairauksien vaatimat leikkaukset ovat menneet hyvin ja Helmi toivoo terveyden säilyvän. Laulamisesta ja tanssimisesta Helmi on nauttinut lapsesta saakka. Välillä hän pyörähtää olohuoneen lattialla esittelemässä lapsuudesta tuttuja tanssiliikkeitä.

Vaikka olo on välillä yksinäinen, ikävyyttä Helmi ei kauheasti tunne. Elämä tuntuu tavallaan myös rauhalliselta, *kun ei ole ketään, joka sanoisi pahoja sanoja*, Helmi kertoo viitaten vuosikymmenien takaiseen parisuhteeseen. Lapsen isä on jätti Helmin kun heidän poikansa oli pieni vauva. Helmi toteaa useaan otteeseen, että elämään on sopeuttava. Jo pienestä asti hänelle on opetettu, että vaikka millaisissa olosuhteissa elää, siihen oppii. ■

Smith 2005; Vilkama 2011; Rasinkangas 2013). Helmikin asuu asuinalueella, johon on keskittynyt paljon maahanmuuttajia, kuten monia muita inkerinsuomalaisia. Helmi kertoo liikkuvansa harvoin oman asuinalueensa ulkopuolella. Bussimatkoja hän ei ole raskinut maksaa ja kävellen matkaa kertyy useampi kilometri. Pääosin hän liikkuu kodin ja kaupan väliä. Silloin tällöin Helmi on kuitenkin käynyt läheisellä asukastuvalla. Siellä hän tavannut muita inkerinsuomalaisia. ”Meikäläisten” kanssa on helppo löytää yhteisiä puheenaiheita.

Helmi: Yleensä minä jälleen keskustelen meikäläisten kanssa. Ennen oli se asukastupa. Minä vähän keskustelen siellä, olen vaiti. On niin ihmisiä jotka oppivat hyvin, keskustelevat näin mitä on. Se oli ihan kiva kuunnella viime vuonna. Nyt otettiin pois se huone meiltä, asukastupa. Tiedätte sen?

Elisa: Katoin, että tuossa oli kyltti.

Helmi: Antaisivat uudestaan sen asukastuvan. Minä siellä kävin. Siellä oli semmosia leikkejä, pöydän päällä. Siellä oli semmonen pitkä pöytä. Minä menin kävelyille ystävän kanssa, sitten väkisin vei minut sinne. Se oli ihan kiva. Minä keskustelen vähän. Siellä venäjänkielellä keskusteltiin. Ihmiset ovat oppineet hyvin keskustelemaan, minä kuuntelin. Se on ihan kiva. Just kun Venäjän nämä, mitä on muuttunu. Kiva on kuunnella. Mitä siellä on nyt, siellä on jo toisenlaista.

[Heinäkuu 2012]

Kuten yllä olevasta katkelmasta käy ilmi, Helmi harmittelee asukastuvan lopettaneen. Ymmärrykseni mukaan se oli kuitenkin edelleen käytössä ja siellä olisi ollut samalla tavoin mahdollisuus kokoontua kuin pari vuotta aikaisemmin. Vaikka keskustelimme aiheesta muutamaa otteeseen haastattelun aikana, en sen päätyttyäkään ollut aivan varma olimmeko ymmärtäneet toisiamme. Lienee niin, että asukastuvalla ei ole enää kokoontunut alueella asuvia inkerinsuomalaisia ja venäläisiä, minkä vuoksi Helmi on jättäytynyt asukastuvan toiminnan ulkopuolelle. Samalla haastattelukerralla Helmi kertoi hänen luonaan käyvän kotisairaanhoidtajia jakamassa lääkkeitä. Hän oli selvästi hämmentynyt asiasta, eikä oikein tiennyt kuinka usein hoitajat hänen luonaan käyvät ja miksi lääkkeet ovat hänen ulottumattomissa.

Ne on lukon taakse laitettu minul, käyvät joka päivä. Vissiin he tietää et tämmösiä sairautta. Jättivät lukon taakse ne lääkkeet sitten minulle tuli paha miel ”hyvänen aika, hyvänen aika, apuu mulle tulee paha ja lääkkeet ovat siellä”. No sitten meni yksi päivä, toinen päivä. Minä en tiet monta päivää meni. Voiko olla viis päivää? Yhtäkkiä minul tuli yöl paha,

ei nukuttanu. Tuli niin paha, että minä aattelin, et minä vissiin kuolen ku en saa tablettii sielt, enhä minä rikkomaan käy. No sitten menin sänkyyn, olin siel sänkys ja sen jälkeen minä nukuin ja kun heräsin oli parempi.

[Heinäkuu 2012]

Suomessa asuva virolaiset ja venäläiset ovat usein tietämättömiä heille kuuluvista palveluista (Voutilainen ym. 2003; Heino 2016). Uudessa yhteiskunnassa se, ettei kykene ennustamaan asioiden etenemistä vieraassa järjestelmässä, voi aiheuttaa turvattomuuden tunnetta (Heikkinen 2015, 21), joka ikääntyneillä on vahvasti yhteydessä myös yksinäisyyden kokemukseen (Savikko ym. 2006).³⁴ Myös Helmin puheesta välittyy hämmennys ja epävarmuus siitä, mitä ympärillä tapahtuu. Monissa asioissa hän tuntuu olevan täysin poikansa ja minian tiedon ja sen myötä saavun avun varassa.

Kuten muualla Euroopassa, myös Suomessa on pohdittu, miten maahanmuuttajaväestön keskittyminen omille alueilleen vaikuttaa heidän kotoutumiseensa ja kiinnittymiseensä uuteen yhteiskuntaan taloudellisesti, sosiaalisesti ja kulttuurisesti. Samalla esille on noussut kysymys siitä, miten valtaväestö suhtautuu tulokkaisiin. (Seppänen ym. 2012, 12.) Asuinalueen etnistä eriytymistä on tutkittu myös Lahden Liipolassa, jossa maahanmuuttajaväestön osuus on arvioiden mukaan noin 14 prosenttia (Koivisto 2011). Liipolan alueella tehdyt tutkimukset antavat viitteitä siitä, että asukkaiden asenteet maahanmuuttajia kohtaan ovat koventuneet 2000-luvulla, mikä heijastanee myös laajemmin suomalaista asenneilmastoa (Seppänen ym. 2012, 63). Jopa palveluita käyttäessään vähemmistöihin kuuluvat kokevat usein väheksyntää ja rasistista kohtelua (Vuottilainen ym. 2002).

Joidenkin tutkimusten mukaan venäläiset ja inkerinsuomalaiset kuuluvat Suomessa vähiten syrjintää kohtaaviin vähemmistöihin, mutta kokemus syrjinnästä voi olla vahvasti läsnä, vaikka ei ulkoisesti poikkeaisi valtaväestöstä (esim. Liebkind 2004; Puuronen 2011). Helmin tavoin inkerinsuomalaiset ovat usein kohdanneet syrjintää sekä entisessä että uudessa kotimaassaan, sillä kummasakin he kuuluvat vähemmistöön. Suomessa kotoutumisen esteeksi voikin muodostua ”vääränlainen” etninen identiteetti: ”ryssittelyä” kohtaavat monet. (Heikkinen 2015, 53–54; Kopylova 2011, 124–125.) Rasistisesta kohtelusta Helmi ei kerro, mutta kuvaa viikon takaista tapahtumaa, jolloin nuoret pojat

³⁴ Erityisen heikossa asemassa ovat ne, joilta puuttuu suomen kielen taito, jota on lähes mahdotonta oppia, jos maahanmuuttanut ei tunne yhtään suomen kieltä puhuvaa. Kielen oppimista voivat vaikeuttaa myös valtaväestön asenteet. (Esim. Liebkind ym. 2004; Kopylova 2011; Heikkinen 2015.)

heittivät häntä lumipalloilla. Sen hän kuitenkin panee sukupuolen ja suomalaisen kasvatuskulttuurin, ei oman muuttotaustansa piikkiin.

Mutta poikaset olivat tämmöset, että he meni ja heitti lumipallon. Noh heittivät, minä olin vaiti. Minä katson nämä pojat ihan hamput mitä ovat. Sitten jälleen tytökkäiset. Tytökkäiset ovat lapset, just ku tytökkäiset. Mikä lie on naisuus semmoinen, pojat toisenlaiset. Sitten tulimme jo sinne Prisman kentälle, he vaan lumipalloja heittelivät. Minä, että se on turhaan takasin katsoa. Silmään voi tulla tai naamaa. Parempi, että olen vaiti. Heittävät mihin heittävät. Talvimekko on päällä ja sitten tähän niskaan sattu kipua. No ei se niin kovin ollut, mutta ei se ollut miellyttävää. En kääntänyt päätä, enkä mitään sanonut. Semmoiset poikaset ovat teillä. Ei siellä ollut tämmösii, siellä oli kasvatettu toisen lailla. (Helmi maaliskuussa 2010)

Uuteen maahan sopeutumista, kotoutumista voi vaikeuttaa koti-ikävän tunne: kaipuu kotimaata ja siellä asuvia ihmisiä kohtaan, joka voi osaltaan olla kokemusta syrjinnästä (esim. Heikkinen 2015; Kauko 2015). Lähtiessään entisestä kotimaastaan ikääntynyt jättää taakseen sekä tutun asuinympäristön että monia elämänsä aikana rakentuneita ihmissuhteita, mutta yhteys harvoin täysin katkeaa. Ylirajaisia sosiaalisia suhteita entiseen kotimaahan ylläpidetään monin eri tavoin: kirjeitse, puhelimitse, internetin välityksellä sekä vieraillemalla. (Heikkinen 2015, 51–52.) Ylirajaisten suhteiden ylläpitämisen pääasiallinen syy on useimmiten tarpeessa ja halussa jakaa jokapäiväisiä asioita, vaihtaa tietoa ja kuulumisia sekä tulla oikeinymmärretyksi (Bryceson ja Vuorela 2002; Faist 2000; Phillipson 2006). Monelle ne tarjoavat mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen, joka osaltaan lievittää yksinäisyyden tunteita uudessa kotimaassa (Heikkinen 2015, 53) ja ylläpitää kokemusta kuulumisesta itselle tuttuun yhteisöön (mt., 26). Myös Helmi kertoo olevansa edelleen yhteydessä entisessä kotimaassaan asuviin ystäviin ja sukulaisiin. Vierailulla hän käy kerran tai pari vuodessa, mutta liikkuminen maiden välillä ei aina ole vaivatonta (ks. s. 146).

Kodin merkitystä maahanmuuttajien omaelämäkerroissa tarkastellut Laura Huttunen (2002) korostaa kiinnittymisen perheeseen olevan usein tärkeämpää kuin kiinnittymisen paikkaan. Monelle ikääntyvälle omat lapset muodostavatkin merkityksellisen yhteisön (Jallinoja 2009b, 14–15). Sosiaalisena saattueena he tarjoavat tukea elämän eri vaiheissa ja ylläpitävät sosiaalista osallisuutta, jonka myötä sopeutuminen ikääntymiseen ja sen mukana tuomiin muutoksiin voi olla helpompaa (Crosnoe ja Elder 2002). Lasten olemassaolo ei kuitenkaan aina ta-

kaa sitä, että suhteet heihin koetaan merkityksellisiksi ja omaa hyvinvointia tukeviksi (Girardin ja Widmer 2015). Yksinäisyyden taustalla olevia vanhemmuuden kitkoja tarkastelen seuraavaksi lähemmin.

6.4 Vanhemmuuden kitkat

Suurin osa haastateltavistani kertoi vanhemmuuteen liittyvistä myönteisistä kokemuksista, ja vaikka yhteydenpito lapsiin ja lapsenlapsiin ei aina ollut kovin tiivistä, suhde heihin koettiin hyväksi tai *sopivan läheiseksi*, kuten Olavi asian ilmaisi. Niin sanottuja vanhemmuuden kitkoja paikansin kuitenkin Helmin ja Paulin yksinäisyyden taustalta heidän kertoessaan, ettei suhde lapsiin tai lapsenlapsiin ollut aina sellainen kuin sen toivoisi olevan. Myös suhteista omiin vanhempiin kerrottiin.

Kun ensimmäisen kerran kohtasimme, Helmi kehui useaan otteeseen poikaa ja miniäänsä hyviksi ihmisiksi. Erityisen ylpeä hän on lapsenlapsistaan, joista on kasvanut *kilttejä ja kunnollisia*. Jo tuolloin Helmin puheesta heijastui kuitenkin toive siitä, että hän tapaisi poikansa perhettä enemmän. Välimatkaa ei ole paljoa, mutta yhteydenpitoa on rajoittanut nuorempien kiireinen elämäntilanne.

Minä soitin tänään, molemmat ovat töissä. Aina vaan sitä remonttia tekevät. He ostivat vanhan kodin ja siellä sisällä poika remonttia laittaa. Minä en ole aikoihin käynyt, eivät he kutsu. Eivät kutsu, sillä vissiin ovat aina töissä. (Helmi maaliskuussa 2010)

Helmi kertoo olevansa yhteydessä poikaan ja miniään viikottain, ja saavansa heiltä käytännön apua aina kun sille on ollut tarvetta. Kotitöiden ja kauppa-asointien kanssa Helmi on yhä pärjännyt hyvin, mutta avulle on ollut tarvetta erityisesti silloin kun on pitänyt asioida sosiaalitoimen ja Kelan kanssa, kuten aiemmin kerroin. Miniä on auttanut Helmiä lomakkeiden täyttämisessä ja ohjannut oikeaan paikkaan kun asioita on pitänyt hoitaa, mistä on Helmille ollut suuresti apua. Helmin puheesta välittyy kuva ”velvollisuudentuntoisista” perhesuhteista, joissa yhteydenpito on tiivistä ja apua annetaan, mutta tunnesiteet ovat vie-raantuneet (Silverstein ja Bengtson 1997, 436), ainakin Helmin näkökulmasta katsottuna. Pääsääntöisesti vanhempien tiedetään kokevan suhteet lapsiinsa kiinteämmiksi ja paremmiksi kuin lasten vanhempiinsa (Bengtson, Biblarz ja Roberts 2002; Björnberg ja Ekbrand 2008). Myös esimerkiksi isovanhempien kiintymys lapsenlapsia kohtaan on usein voimakkaampaa kuin lastenlasten ko-

kema kiintymys heitä kohtaan, ja se näyttää säilyvän voimakkaana senkin jälkeen kun lapsenlapset ovat muuttaneet pois lapsuudenkodistaan (Silverstein ym. 1998; Koivisto 2015, 34).

Omat lapset muodostavat usein keskeisen sosiaalisen ryhmän, johon ikääntynyt kokee kuuluvansa, sillä samaan sukupolveen kuuluvien verkostot ovat vanhojen ihmisten kohdalla usein merkittävästi kaventuneet. Verkostojen kaventumisen vuoksi avun pyynnöt ja seuran tarve kohdistuvat usein nimenomaan nuorempaan, monien muidenkin velvollisuuksien kuormittamaan sukupolveen (Zechner ym. 2009, 249). Etenkin Helmin tavoin muualta muuttaneilla ikäihmisillä odotukset perheenjäseniä kohtaan voivat olla toteutumaa suurempia, sillä heillä ei välttämättä ole muita sosiaalisia verkostoja. Samanaikaisesti muut perheenjäsenet voivat olla kiireisiä sopeutuessaan ja kotoutuessaan uuteen yhteiskuntaan ja roolit perheenjäsenten kesken voivat muokkautua uudennlaisiksi, jos uudessa kotimaassa ei enää koeta velvollisuudeksi viettää aikaa ikääntyneen perheenjäsenen kanssa (Heikkinen 2015, 22–23).

Karisto, Koskimäki ja Seppänen (2014) ovat tarkastelleet Ikihyvä-seurannan aikana tapahtuneita muutoksia monisukupolvisissa sukulaissuhteissa. Kymmenessä vuodessa lastenlasten määrä on jonkin verran kasvanut, mutta tiheä kanssakäyminen heidän kanssaan on muuttunut hieman harvinaisemmaksi. Kuusi-kymppisten isoäitien tiivis, lähes päivittäinen yhteydenpito lastenlapsiinsa oli käynyt harvinaisemmaksi, eikä eroja yhteydenpidon tiheydessä ollut samanikäisillä isoisiin, kuten kymmenen vuotta aiemmin. Myös seitsemänkymppisten, Helmin ja Paulin ikäisten, miesten ja naisten tiheä yhteydenpito lastenlapsiinsa on käynyt hieman aikaisempaa harvinaisemmaksi. Samansuuntainen muutos koski muitakin perhesuhteita, yhteydenpitoa lapsiin ja sisaruksiin. Vuonna 2012 vajaa viidesosa Ikihyvä-tutkimukseen osallistuneista totesi, ettei tapaa lapsenlapsiaan niin usein kuin haluaisi. (Mt., 44–45.)

Nuorempien huomiosta kilpaileminen voi aiheuttaa ikääntyneelle kokemuksen siitä, ettei enää ole muiden silmissä merkityksellinen (Zechner ym. 2009, 249), mutta se, että sukupolvet viettävät vähän aikaa yhdessä saatetaan nähdä myös ”luonnon lakina” eli normaalina osana elämänkulkua ja erillaisia arjen rytmejä (Palkeinen 2005a, 108). Lapset eivät välttämättä tahdo auttaa vanhempiaan sellaisissa asioissa, joista nämä kykenevät itse huolehtimaan. Tarpeettomat avun pyynnöt saatetaan kokea palvelemiseksi tai jopa hyväksikäytöksi. (Zechner ym. 2009, 250.) Ikääntyvien vanhempien kynnys avun pyytämiseen on kuitenkin usein varsin korkea. Huolenpitovelvollisuutta korostavan kulttuurisen normin uupuessa omia lapsia ei useinkaan haluta vaivata, ennemminkin säästää hoi-vaamiseen rasitteilta (esim. Kirsi 2004; Virkola 2014). Näin kertovat myös haastateltavani. Hekään eivät ole halunneet vaivata omia lapsia käytännön asioilla, saati yksinäisyyden kokemuksillaan. Muut kuin Pauli eivät kertoneet lapsilta

saadun käytännön avun riittämättömyydestä edes lomakevastauksissa, vaikka yhdessäoloa ja perheen yhteistä aikaa saattoivat kaivatakin³⁵.

Helmin osalta minulle jäi tunne, ettei hän ollut osannut kertoa pojalle ja miniälleen kaipaavansa muutakin kuin käytännön apua, ennen kaikkea yhdessäoloa, jonka myötä kokea, että he ovat yhtä perhettä. Myös joulun Helmi toteaa viettävänsä yksin, ja syyn siihen olevan se, ettei häntä ole pojan perheen luokse kutsuttu. Vihainen tai katkera Helmi ei asian vuoksi ole, mutta suruissaan siitä, että kokee jääneensä ainoan perheensä ulkopuolelle. Erityisen vaikeaksi kokemuksen tekee se, että Helmi on aikoinaan muuttanut samalle paikkakunnalle nimenomaan poikansa vuoksi. Ystävälleen Helmi oli todennut muuttavansa mielummin *pojan jäljessä* kuin toisessa kaupungissa asuvan ystävän lähelle, kuten ystävä itse oli ehdottanut. *Vieraat on vieraat ihmisiä*, Helmi ilmaisi minulle. Puolitoista vuotta myöhemmin Helmi kertoo käyneensä muutamaa otteeseen kylässä poikansa luona. Yöskikin on tullut jäätyä ja omakotitalon pihalla hän on saanut nauttia raittiista ilmasta toisin kuin omassa pienessä kerrostaloasunnossa. Harmitusta on kuitenkin aiheuttanut se, ettei pojasta, miniästä tai lapsenlapsista ole ollut juttukavereiksi. Sitä Helmi erityisesti kaipasi.

Myöhemmässä vaiheessa keskustelumme Helmi kertoo suhteen miniään olevan erityisen vaikea ja mieltä tuntuu painavan katkeruus siitä, ettei suhde ole sellainen kuin hän on toivonut. Olihan Helmi muuttanut Suomeen myös miniän vuoksi. Olavi Mannila (1969) on tutkinut karjalaisen suurperheen hajoamista 1920- ja 1930-luvun Salmissa, ja hänen tutkimuksessaan näkyy hyvin se, että suurperheissä oli itseasiassa kaksi perhettä rinnakkain. Tämä oli etenkin miniöille ongelma, sillä he olisivat mielummin halunneet perustaa oman perheen, miesten tyytyessä ongelmitta suurperheeseen. (Jallinoja 2009b, 19.) Riitta Jallinojan (mt.) mukaan miniöiden erityisasema ja ”miehelään” muuttamiseen liittyvät kielteiset kokemukset johtuivat pääosin siitä, että he olivat tulleet avioliiton kautta perheeseen, eikä aviosukulaisuus muodostanut yhtä vahvaa ja luontevaa sidosta kuin verisukulaisuus. Historian saatossa asetelma ei juuri ole muuttunut, sillä verisukulaisuuden merkitys elää yhä vahvana, vaikka suurperheitä ei enää juuri ole. Esimerkiksi Väestöliiton Perhebarometriin (Paajanen 2007) vastanneista 40 prosenttia laski puolisonsa vanhemmat perheen jäsenikseen kun omien vanhempien osalta vastavaa luku oli 60 prosenttia. Vastaavasti miniät ja vävyt lukeutuivat joka toisen vanhemman perheeseen kun 80 prosenttia piti omia aikuisia lapsiaan perheenjäseninä. (Jallinoja 2009b, 19–20.)

³⁵ Kyselylomakkeessa Pauli on ympyröinyt vaihtoehdon ”en” vastatessaan kysymykseen ”Taapaatteko seuraavia lapsianne niin usein kuin haluaisitte?”. Samalla tavoin hän on vastannut lapsenlapsia, sisaruksia ja muita lähisukulaisia käsitteleviin kysymyksiin.

Läheisestä ja merkityksellisestä suhteesta miniään kertoo Eini, mutta muiden kanssa miniöistä ei juuri puhuttu. Kaikilla ei toki sellaisia ollutkaan. Sen sijaan suhteen vävyihin otti esiin Pauli, joihin hän oli odottanut muodostuvan läheisempiä suhteita. Pojan kanssa Pauli pitää yhteyttä säännöllisesti etenkin puhelimen välityksellä, mutta toiveissa olisi että myös tyttärien ja erityisesti heidän puolisoiden kanssa tulisi vietettyä enemmän aikaa yhdessä.

Nyt on vanhimman pojan kohalla soiteltu joka päivä, mutta ei niiden muiden kanssa. Ei oikein kunnon vävyjä saanu kumpikaan tyttäristä. Ei niillä oo aikaa tämmöselle appiukolle (naurahtaen). Ei oo kukaan sanonu, että lähetäänkö kalaan. Ei ne käy meidän mökilläkään. Hyvähän se on, että tulevat toimeen, pysykööt pois sitten (naurahtaen). (Pauli maaliskuussa 2010)

Paulille erityisen tärkeänä yhdessäolon muotona näyttäytyy mökkeily ja siellä puuhastelu, mutta nuoremmista ei oikein ole ollut haravan varteen. Lähinnä lapsia on huvittanut Paulin ”sen harvan kerran kun mökille pääsee” -innoittama touhuaminen. Porukalla mökillä ei viime vuosina ole käyty, mutta myös muu näkeminen on jäänyt vähäiseksi. Syynä on Paulin sairaus, jonka vuoksi hän ei mielellään liiku yksin pitkiä matkoja. Lapsilla ei sen sijaan ole taloudellisesti varaa kyläillä isänsä luona useammin, eikä oikein aikaakaan. Kolmannella haastattelukerralla Pauli kertoo odottaneensa yhtä lapsistaan perheineen kylään. *Oli- vat soittaneet, että tulevat näillä näkymin käymään lähipäivinä, mutta ketään ei ole vielä näkynyt*, Pauli selittää.

Riitta Jallinoja (2009b, 21) toteaa perheenjäsenten keskinäisen ”vierailun etiketin” muotoutuvan vähitellen, ja useimmiten sanattomasti, sillä sääntöjen suora esittäminen voidaan tulkita estämiseksi. Rajankäynti sen suhteen, kuinka usein saa ja kuinka usein pitää tulla käymään, on oltava riittävän hienovaraista, jotta se ei vaaranna perheyhteisyyttä. Liian harvat tapaamiset ja yhteydenotot näyttäytyvät sen sijaan herkästi torjuntana, myös suomalaisessa kulttuurissa. Vanhemmalle, jonka lapset ovat muuttaneet pois kotoa, murhetta voi aiheuttaa erityisesti niin sanottu avoin kutsu, jonka merkiksi lapsille on annettu oman kodin avain, mutta jonka käyttämisestä ei ole takuita. (Mt.) Näin lienee Paulinkin kohdalla käynyt, ja vaikka hän harmittelee myös oman aikansa olevan kortilla harrastusten ja muiden menojen suhteen, olisi lapsille ja heidän lapsilleen kuitenkin aikaa: ovi aina avoinna.

Elämisen rytmi on monin tavoin nopeutunut ja nopeassa ajassa, mihin osan vanhemmista ihmisistä voi olla vaikea sopeutua. Thomas Hylland Eriksen (2001) kutsuu nykyisyyttä ”hetken tyranniaksi”, jolla tarkoittaa aikaa, jossa niin

menneisyys kuin tulevaisuus jäävät nykyhetken katveeseen ja puristukseen, jolloin toiminnasta tulee tässä ja nyt -keskeistä (Ylijoki 2014, 41). Ihmiset kokevat, että aika kuluu nopeammin ja nopeammin (Rosa ja Scheuerman 2009). Suomessa perheet viettävät kyllä entistä enemmän aikaa yhdessä kuin parikymmentä vuotta aiemmin, mutta aikaa työn ja oman ydinperheen ulkopuoliselle toiminnalle tai yhteydenpidolle ei enää juuri ole (Miettinen ja Rotkirch 2012)³⁶. Perhesuhteista ulkopuolelle jääminen voi osaltaan synnyttää kokemuksen tarpeettomuudesta ja siihen kietoutuvasta yksinäisyydestä. *Sit'ä tunnet, et minul on ketä lie tarvis. Niin ja min oon tarvis kelleen*, kuten Helmi toteaa kaipaavansa.

Yksinäisyys voi toki olla läsnä myös niin sanottuina ruuhkavuosina, jolloin arjen täyttää tasapainoilu työn ja perheen välillä (Jokinen 2005a). Yhteisvastuukeräyksen yhteydessä kerättyä aineistoa analysoidessani löysin tarinoita yksinäisyydestä, jonka syyt löytyivät epäsäännöllisistä työajoista ja lapsiperhevuosista, jolloin ystävyys-suhteet jäivät syystä tai toisesta paitsioon (Tiilikainen 2016b). Ruuhkavuosien yksinäisyydestä kertoo myös Pauli, jonka muistot ajasta, jolloin lapset olivat pieniä ja hän itse työelämässä, ovat varsin kielteisiä. Pauli toteaa olleensa tuolloin hyvinkin yksinäinen, sillä ystäviä, etenkin perheellisiä, ei hänellä oikeastaan ollut. Kaikilla tuntui olevan omat menonsa, eikä yhteyttä tullut pidettyä. Ystävyys- että perhesuhteisiin vaikutti myös se, että Pauli teki jopa neljää työtä yhtä aikaa saadakseen asuntolainan maksettua. Jouluatonkin Pauli saattoi olla töissä. Näin jälkikäteen hän miettii, miksei voinut ottaa rauhallisemmin asian suhteen: *Ei töitä olisi tarvinnut niin paljoa tehdä*.

Perinteisesti miehet ovat olleet vastuussa perheen elättämisestä, mikä on merkinnyt sitä, että kun miehistä on tullut isiä, heidän on täytynyt panostaa työelämäänsä entistä enemmän kun taas naiset ovat ottaneet vastuuta kodista ja perheestä. Vanhempiin sukupolviin kuuluvien isien suhteet lapsiinsa ovatkin usein jääneet etäisiksi. (Lumme-Sand ja Lyyra 2013, 258–259.) Perhetutkimusten parissa on puhuttu perheiden elämäntilasta, johon vaikuttavat niin sosiaaliset rakenteet kuin ympäröivän yhteiskunnan taloudelliset ja kulttuuriset muutokset sekä perheen sisäinen vuorovaikutus, joka muovaa perheen sisäisiin rooleihin vaikuttavia normeja (Ruoppila 2014, 99–100). Rakenteellisella perhesuhteisiin

³⁶ Myös toisenlaisia tuloksia on saatu: Tilastokeskuksen vuoden 2009 ajankäyttötutkimuksen mukaan vanhempien, erityisesti äitien, lasten kanssa vietetty aika on vähentynyt kymmenessä vuodessa (Suomen virallinen tilasto (SVT): Ajankäyttötutkimus [verkkojulkaisu]). Anna Rotkirch (2014) arvelee tutkimustulosten eron johtuvan siitä, että aikaa on mitattu ja tarkasteltu eri tavoin. Väestöliiton Perhebarometrin 2011 (Miettinen ja Rotkirch 2012) julkaisussa katsottiin lastenhoitoon käytettyä aikaa. Siihen laskettiin laajasti eri asioita kuten peseminen, pukeminen, leikkiminen, läksyjen tekeminen ja harrastuksiin vieminen. Tämä aika on lisääntynyt. Erityisesti harrastuksiin viemiseen ja hakemiseen käytetään yhä enemmän aikaa perheen arjesta. Tilastokeskuksen julkaisussa on sen sijaan katsottu sitä, kenen kanssa aikuinen kertoo tehneensä jotain ja vertailtu sitä, miten usein vanhempi esimerkiksi kertoo ulkoilleensa, tehneensä ruokaa, tai katsoneensa telkkaria yhdessä alle kymmenen vuotiaan lapsen kanssa. Tämä aika on selvästi vähentynyt. (Rotkirch 2014.)

liittyvällä solidaarisuudella on viitattu muun muassa maantieteellisiin etäisyyksiin ja nuorempien sukupolvien kokopäivätyöhön, joka voi osaltaan pienentää mahdollisuuksia olla yhteydessä vanhempiin ja isovanhempiin (Bengtson ja Roberts 1991, 861). Myös sosioekonomisen aseman on huomattu vaikuttavan siihen, millaisia mahdollisuuksia perheenjäsenillä on toistensa auttamiseen ja yhteydenpitoon (esim. Haavio-Mannila ym. 2009). Perhemuodoillakin on vaikutuksensa (esim. Castrén 2009).

Pauli on eronnut lastensa äidistä työikäisenä eli vuosikymmeniä sitten. Ensimmäisen haastattelukerran aikoihin hän asui nyt edesmenneen avopuolison kanssa, jonka kanssa oli pitänyt yhtä parisenkymmentä vuotta. Tuolloin Pauli kertoi, että hyvin on tultu toimeen, mutta riitoja on helppo saada aikaan. Paulin toiveissa oli, että yhteydenpito avopuolison ja hänen omien lastensa välillä olisi tiiviimpää ja heidän välinsä läheisemmät (ks. sivu 88). *Tällöin asiat voisivat olla paremmin*, hän totesi. Kirsi Lumme-Sandt ja Ilkka Pietilä (2014, 153) ovat esittäneet vaimon olevan joillekin miehille tärkein kumppani myös isoisydessä. Vaimo luo ja ylläpitää suhteita lapsiin ja lapsenlapsiin, miehen seuratessa ja toimiessa hänen apunaan (mt). Myös Pauli lienee kaivannut tällaisia roolijakoja ja siten myös puolisoltaan vahvempaa vetovastuuta niin vanhemmuudessa kuin isovanhemmuudessa. Uusperheessä suhteiden rakentuminen pitää kuitenkin sisällään omat haasteensa. Suhde puolison aikuisiin lapsiin ei muodostu hetkessä läheiseksi perhesiteeksi (Castrén 2009).

Ritva Koivisto (2015, 35) muistuttaa, että vaikka uusilla isovanhemmilla olisi hyvä suhde ja vahvat tunnesiteet puolison lapsiin ja lapsenlapsiin, ovat he usein silti eräänlaisen lisääikuisen roolissa korvaamatta etäistä tai poissaolevaa biologista vanhempaa. Merkille pantavaa on, että joidenkin tutkimusten mukaan aikuiset lapsenlapset, joiden vanhemmat ovat eronneet, kokevat hieman enemmän yhteyttä isovanhempiinsa kuin he, joiden vanhemmat ovat pysyneet yhdessä (Silverstein ym. 1998, 146–147). Vern Bengtson (2001) on päättänyt tämän liittyvän mahdolliseen isovanhempien korostuvaan rooliin avioerotilanteissa. Isoisyyttä tutkinut Anna Tarrant (2012, 193) puolestaan huomauttaa eronneiden isoisien jäävän kuitenkin herkästi perhesuhteiden ulkopuolelle, tyttärien ja miniöiden toimiessa eräänlaisina portinvartijoina isovanhemmuuden suhteen. Myös Bengtson ym. (2002, 161–163) ovat korostaneet lasten vanhempien olevan avainasemassa joko edistäessään tai estäessään isovanhempien ja lastenlasten yhteydenpitoa. Lapsenlapsettomuus voi sattua kipeästi, mutta erityisen tuskalliselta voi tuntua kokemus torjutusta isovanhemmuudesta (Tarrant 2012; Koivisto 2015, 62).

Ikihyvä-kyselyssä suhteita lapsiin ja lastenlapsiin kartoitettiin myös ilon- ja huolenaiheista kysyttäessä. Ylivoimaiselle enemmistölle lapset ja lastenlapset ovat olleet ”suuri ilonaihe” koko seurantatutkimuksen ajan, mutta niiden osuus,

joille lapset ja lastenlapset eivät ole ”lainkaan ilonaihe”, oli kymmenessä vuodessa lisääntynyt. Suurin muutos koski 62–66-vuotiaita naisia, joista vajaat kaksi prosenttia sanoi vuonna 2002, että lastenlapset eivät ole lainkaan ilonaihe, mutta kymmenen vuotta myöhemmin näin vastanneita oli peräti 13 prosenttia. (Karisto ym. 2014, 45.) Syitä siihen, miksi lapsenlapset ovat olleet huolenaiheena, ei tiedusteltu, mutta ajattelen sen liittyvän joko siihen, ettei yhteydenpito lapsiin tai lapsenlapsiin ole niin tiivistä kuin sen itse toivoisi olevan tai siihen, että vanhemmuus on mukavan yhdessäolon sijaan huolten ja murheiden värittämää. Kitkaa vanhemmuuteen voi aiheuttaa esimerkiksi lapsen rahankäyttö ja ainainen tukeutuminen vanhempiin taloudellisten vaikeuksien vuoksi (Jallinoja 2009b, 21–22). Huolta voi aiheuttaa myös lasten parisuhdeongelmat tai sairastumiset, joista minullekin haastattelutilanteissa kerrottiin.³⁷

Iloa Paulin elämään on tuonut uusperheen kautta muodostunut isovanhemmuus, joka on säilynyt lapsenlapsen biologisen isoäidin kuolemasta huolimatta. Edesmenneen puolison tytär ja hänen poikansa ovat ottaneet tavaksi käydä Paulin luona säännöllisesti, mikä osaltaan haastaa ymmärrystä verisukulaisuuden merkityksestä. Suhde puolison jälkeläisiin voikin joskus muodostua jopa tiiviimmäksi kuin suhde omiin biologisiin lapsiin, mikä voi johtua siitä, että kokemus läheisyydestä on vahvemmin sidoksissa ennen kaikkea puolisosuhteeseen (Castrénin 2009, 70). Toisaalta odotukset biologisia siteitä kohtaan voivat olla suurempia, ja niihin vastaaminen ruuhkavuosia eläville ja mahdollisesti hyvinkin kaukana asuville nuoremmille sukupolville vaikeaa.

Oman haasteensa tai ainakin muutoksensa perhesuhteisiin aiheuttavat muutokset ikääntyvän vanhemman toimintakyvyssä. Esimerkiksi muistisairaus saat-
taa karkottaa toivottuja vieraita, jos perheenjäsenen on vaikea kohdata sairastunut omainen (Zechner ym. 2009, 245, Virkola 2014, 207–208). Sitä paitsi näkemys yhteydenpidon ja laadusta on aina subjektiivinen ja eri sukupolvien odotukset ja tarpeet tavata toisiaan mitä todennäköisemmin erilaisia (Karisto 2012). Isovanhemmat saattavat kertoa, ettei jälkipolvi halua pitää yhteyttä ja nähdä, vaikka tapaamisia tai puheluita olisi viikottain (Koivisto 2015, 114). Myös aikakäsitykset ovat väistämättä eritahtisia: se mikä nuorelle on usein voi vanhalle olla harvoin. *No ei käy usein. Sunnuntai-iltana kävi ja nyt tulee, lupas tulla keskiviikkoiltana käymään*, valottaa Aatos tyttärensä kyläilyjä.

Kolmea sukupolvea käsittelevässä tutkimuksessaan Valerie King ja Glen Elder (1997, 857) huomasivat vanhemmuuteen ja isovanhemmuuteen liittyvien

³⁷ Ikääntynyt vanhempi voi perhesuhteissaan altistua myös kaltainkohtelulle: fyysiselle tai psyykkiselle väkivallalle, seksuaaliselle hyväksikäytölle, taloudelliselle hyväksikäytölle tai hoidon laiminlyönnille, joiden tunnistaminen voi olla vaikeaa, sillä ne tapahtuvat usein kotiympäristössä, yksityisessä tilassa (Tenkanen 2007, 189).

mallien siirtyvän kaikkien sukupolvien välillä: omien isovanhempien olemassa-olo ja tiivis suhde heihin ennusti suurempaa sitoutumista omiin lapsenlapsiinsa. Päinvastaisin tuloksiin on päätyntä isyyden muutoksia tutkinut Merja Korhonen (1999, 230), jonka mukaan vanhat ajattelutavat elävät usein yllättävän mutkattomasti rinnan uudenlaisten vanhemmuuteen liittyvien ajattelumallien kanssa: ”Lapsuudesta säilytetään se, mikä tuntuu kestävältä ja vahvistaa omia tulkintoja oikeasta ja väärästä, hyvästä ja pahasta”. Hänen tutkimien keski-ikäisten miesten lapsuuden isien ja oman isätyypin välillä ei ollut selvää jatkuvuutta, vaan miehet olivat muokanneet omalta isältään saamaansa kasvattajamallia vaimonsa ja lastensa tuella. (Mt.) Samaa on todettu isoisyyden osalta. Vaikka sotien jälkeisten perheiden isät ovat usein toimineet tiukasti perheen päänä ja olleet tunnelmaisultaan niukkoja, halutaan omassa elämässä ja vanhemmuudessa toimia toisin. Viimeistään isoisuus voi muuttaa arkeen osallistumattoman miehen tasa-arvoiseksi arjen pyörittäjäksi ja lasten ja lastenlasten kanssa puuhailevaksi isoisäksi. (Lumme-Sandt ja Lyyra 2013, 264.)

Paulin elämässä korostuu lasten merkitys: hän kaipaa läheistä ja tiivistä suhdetta heihin, mutta ei oikein ole löytänyt keinoja sen luomiseksi ja ylläpitämiseksi. Lapsilleen ja lapsenlapsilleen Pauli selvästi haluaa tarjota rakkautta ja huolenpitoa, siinä aika ajoin haparoiden. Yksinäisyyttään Pauli selittää ennen kaikkea äidin menettämällä ja sen seurauksilla, jotka ovat osaltaan saattaneet voimistaa odotuksia, joita hän omaan vanhemmuuteensa kohdistaa. Lapsuuden tapahtumat nousivat keskusteluissamme esiin useaan otteeseen, vaikka äidin kuoleman muisteleminen tuntuu edelleen raskaalta. *Kaikki johtuu siitä äidin kuolemasta*, Pauli kertoi ääni värähtäen, kun ensimmäisen kerran kohtasimme.

Paulin äiti on kuollut tapaturmaisesti Paulin ollessa koulupoika. Pian äidin kuoleman jälkeen Paulin isä meni uusiin naimisiin, mutta isän uudesta puoliosasta ei ollut äidin korvaajaksi: *Sitten tuli äitipuoli kotia ja sano heti että en minä teidän äiti ole. Kun isän oli pakko joku ottaa tai meidät olis sitten sijoitettu johonkin. Taloudesta äitipuoli huolehti, mutta sellanen lämminhenkisyys jäi kokonaan pois*³⁸. Perhesuhteiden osalta voidaan puhua kuvitellusta ja eletystä perheestä. Jälkimmäinen on se jokapäiväinen, pirstaleinen ja epätäydellinen ihmissuhteiden muodostelma, jonka kanssa neuvotellaan, sovitellaan ja eletään arkea, kun taas ensimmäinen on pikemmin kuviteltu kuin todellinen: se herää henkiin ja sitä uusinnetaan perherituaaleissa ja -kertomuksissa. ”Kuviteltu perhe” tarjoaa lohtua, suojaa ja jatkuvuutta, heijastaen vahvasti mielikuvaa

³⁸ Vastaavanlaisia lapsuudenkokemuksia on ollut myös Aatoksella, joka kertoo yksinäisyyden olleen mielen päällä myös nuorena poikana kun äidin kuoleman jälkeen isä meni uuteen avioon. Muistot isästä ovat hyviä, mutta äitipuoli sulki Aatoksen ja Aatoksen sisaret muun perheen ulkopuolelle.

siitä, millaiseksi perheen ymmärrämme ja millaista perhettä tavoittelemme. (Gillis 1996, xv-xix; Castrén 2009, 33.)

Äidin menettäminen ja sen jälkeiset tapahtumat ovat varjostaneet erityisesti Paulin elämää ja hänen ajatuksistaan välittyvä kokemus siitä, ettei hän ole selviytynyt yksinäisyydestä, jonka jo tuolloin kohtasi. Tulevaisuuteen Pauli ei uskalla suhtautua toiveikkaasti. Myös puolison kanssa eläessä läsnä on ollut pelko kelpaamattomuudesta ja hylätyksi tulemisesta, kuten aiemmin toin esiin. Sarvimäki, Stenbock-Hult ja Heimonen (2010) ovat puhuneet mielen haavoittuvuudesta vanhuudessa ja todenneet sen kytkeytyvän vahvasti elämänkulkuun: ”Tässä hetkessä ollessaan iäkäs ihminen on menneisyyden ja tulevaisuuden risteyskohdassa, jossa aiemmat elämäntapahtumat ja kriisit, niiden merkitykset sekä niistä selviytyminen ovat muokanneet iäkkäästä sen, joka hän on tällä hetkellä. Aiemmat elämäntapahtumat ja niistä selviytyminen muokkaavat osaltaan myös suhtautumista tulevaisuuteen, luoden odotuksia, toivoa tai pelkoa.” (Mt., 169.)

Myös Hanna Uotilan yksinäisyyttä käsittelevässä kirjoitusaineistossa vanhempansa menettänyt nainen kuvaa Paulin tavoin kokeneensa koko elämänsä yksinäisyyttä ja juurettomuutta (ks. Palkeinen 2005a). Vanhempien ja kodin menettämisen aukkoja ei ole paikannut edes oman perheen perustaminen aikuisiällä. Palkeisen mukaan näin kuvatessaan kirjoittaja ohittaa kulttuurisesti vahvat käsitykset lasten tärkeydestä omille vanhemmilleen korostaen sen sijaan vanhempien merkitystä lapsille. (Mt., 116.) Sodassa vanhempansa menettäneille ja sota-orvoiksi jääneille tämä voi olla tyypillinen sukupolvikokemus (Roos 1987), mutta yksinäisyyden näkökulmasta vanhemman menettämistä tai kaipausta ei juuri ole tarkasteltu (kuitenkin Krause 1993; 1998; Savikko 2008).

Omien vanhempien roolista yksinäisyyteensä kertoo myös Anneli. Kun toisella haastattelukerralla kysyn häneltä, mistä hän kokee yksinäisyyden johtuvan, Anneli kertoo lukeneensa juuri ”Hiljainen kipu” -nimistä kirjaa ja pohtineensa sen myötä lapsuuttaan ja sen vaikutuksia aikuiselämään. Yksi keskeinen Annelin lapsuutta ja aikuiselämääkin varjostanut asia on ollut äidin masennus, joka alkoi Annelin ollessa murrosikäinen. Tätä ennen Annelin isä oli haavoittunut ja sairastunut psyykkisesti talvisodassa. Lopulta molemmat vanhemmat olivat pitkiä aikoja sairaalahoidossa. Anneli uskoo äidin masennuksen Anneli johtuneen liiasta työnteosta ja vaikeasta perhetilanteesta: isän sairastuttua sodassa äidin oli

hoidettava maatilalla kaikki yksin. Sairaalahaksoilta palattuaan Annelin äiti jatkoi touhuamista, eikä oikein osannut asettua aloilleen.³⁹ Myös Anneli itse on sairastanut masennusta ison osan elämästään ja pohtii löytisikö sille syitä lapsuudesta, siitä ettei hänellä ollut aikuista, joka olisi ollut lähellä ja pitänyt huolta.

Meilläkin on sillai ollu että, mummohan oli siinä sillo ku mä oon ollu syntyny. Sillain hän oli siinä, mutta sillä oli vaan toinen käsi sillai [käytössä]. Ja kyllä se mun yks tätikin siinä oli ilmeisesti, mut se sano et se ei lapsiin koskenu. Ku se oli semmonen, et vaatteet likaantuu kuulemma (naurahten). Mummo oli sanonu vielä ”et mites sitte ku sulla itellä on lapsii” niin se sano että ”joo et ei se oo oma laps se on ihan eri asia että taas. Mutta, se että, jos lapsi jätetään pitkäksi aikaa tosiaan, että sitä ei kukaan niinku kerkee kattomaan. Niin, että sillon sille tulee jotakin tämmöstä että sillä on semmosia, että en tiedä sitte onks se sitte sieltä sieltä, en tiedä. Kyllähä se joskus saattaa olla. Ja sit kun mä aattelen et meidän äidilläkinhän oli niin paljon työtä, että eihän se mitenkään kerkiny olemaan lapsen kans ku meillä oli lehmä. Kuus seitsemän lehmää ja oli ne kaikki, navetat touhuttiin ja kaikki. Mummo siinä tietysti ollu sitte ja äiti sano et kun hän joutu lähtee, tietysti pellollakin piti olla töissä kun oli tota pikkune tila vaan. Tämmösii juttui, että voi olla että siellä on sit jotakin sieltäkin. Kuka tietää sit mikä, mitkä ne [vaikuttaa]. (Anneli heinäkuussa 2012)

Vuosikymmeniä myöhemmin Annelin äiti sairastui uudestaan masennukseen ollessaan 80-vuotias. Tuolloin äiti ei enää toipunut, vaan vietti viimeiset vuodet mielisairaalassa ja vanhainkodissa. Samoihin aikoihin Anneli muutti äidin lähelle hoitaakseen häntä viimeiset vuodet. Lasten ja vanhempien sidos näyttääkin kestävänsä isoja ja raskaita kolhuja (esim. Roos ja Rotkirch 1997; Jallinoja 2009a) ja toisin kuin esimerkiksi sisarusten suhteet ne ovat usein herkemmin paikattavissa (Jallinoja 2009b, 22). Anneli kuitenkin palaa lapsuuteensa useaan otteeseen pohtiessaan niin äidin sairastumisen kuin sodan vaikutuksia siihen, millainen hänestä on tullut. Anneli toteaa lapsuuden sodan keskellä tuoneen mukanaan *eräänlaisen pelkojen maailman*, joka on säilynyt tähän päivään. Anneli pitää nuorempia sodan jälkeen syntyneitä sisaruksiaan tasapainoisempina. He kun eivät ole kohdanneet samanlaisia pelkoja ja univaikeuksia kuin Anneli.

³⁹ Myös Eeva Jokinen (1997) on kertonut tarinan maalaistalon emännän masennuksesta, joka ei liity yksinomaan vanhemmuuden rooliin vaan myös emännyyteen, vastuuseen maatilasta ja kodista, jotka eivät kuitenkaan tunnu omalta. Nuori emäntä on ”väsynyt ja koditon”, mutta saa voimaa fyysisestä työstä ja hetkittäisestä etäisyydestä omaan lapseen. (Mt., 155–158.) Jokisen analysoimassa tarinassa keskeiseksi teemaksi nousee tila, erityisesti koti sekä liikkeet ”kotiin ja kodista pois, sisällä ja ulkona, kotiäitinä ja ansioäitinä” (mt., 164–165), kuten Annelin muistoissa.

7 Yksinäisyyspolkuja

Valtaosassa ikääntyvien yksinäisyyttä käsittelevissä tutkimuksissa ei ole pyritty erottamaan ikääntyviä, joille yksinäisyys on vastikään kohdattu kokemus, niistä ikääntyvistä, joiden elämässä yksinäisyys on ollut läsnä pidemmän aikaa, jopa läpi elämän. Harvoin kuullaan myöskään siitä, että yksinäisyys olisi ajan myötä tai vanhemmiten helpottanut. Usein erityisesti vanhan ihmisen jokapäiväinen elämä näyttäytyy staattisena, jopa puuduttavan yksioikoisena, vaikka monien tutkimusten pohjalta tiedetään, että myös vanhuuden elämänvaiheeseen mahtuu elämäntapahtumien rikkautta, uusia mahdollisuuksia ja elämänpiirin laajenemista (esim. Karisto 2008; Vuorinen 2009; Koskimäki 2010). Muutoksia tapahtuu toki myös toiseen suuntaan ympäröivän sosiaalisen maailman kutistuksessa (esim. Virkola 2014), kuten edellisissä luvuissa olen tuonut esiin. Tässä luvussa siirrän katseeni entistä tiiviimmin yksinäisyyden ajalliseen luonteeseen⁴⁰. Kuvaan erilaisia yksinäisyyspolkuja niin kohtaamieni ikääntyvien kuin kyselyaineiston kertomana pohtien samalla, millaisia ratkaisukeinoja yksinäisyyteen on etsitty, löydetty tai jäänyt löytymättä.

7.1 Haavoja ja heijastumia

Mä oon aina ollu tässä kaikkien välissä, eikä ole oikein onnistunu, pohtii Pauli kertoessaan lapsuudessa kohdatusta äidin kuolemasta ja sen tuomasta yksinäisyydestä. Lapsuusvuosien aikainen vanhemman menetys voikin olla elämänmuutos, joka jättää jälkensä myöhempiin elämänvaiheisiin (esim. Bowlby 1973). Ikihyvä-tutkimuksen elämänkulkuaineiston avovastauksissa vanhemman kuolema on mainittu kymmenisen kertaa yhtenä elämän henkisesti raskainpana ajanjaksona. Aikaisempien tutkimusten perusteella tiedetään vähän siitä, miten tuo menetys kytkeytyy juuri yksinäisyyden kokemukseen. Niina Savikko (2008) on tutkimuksessaan tarkastellut ikääntyvien yksinäisyyttä ja myös vanhemman menetystä. Tutkimukseen osallistuneista joka kolmas oli kohdannut vanhem-

⁴⁰ Aiheesta olen kirjoittanut myös erillisen artikkelin (ks. Tiilikainen ja Karisto 2016).

man kuoleman ennen 18 vuoden ikää, mutta toisin kuin aiemmissa tutkimuksissa (esim. Krause 1993; 1998) lapsuudenaikaisella menetyksellä ei kuitenkaan ollut vaikutusta myöhemmällä iällä koettuun yksinäisyyteen. Savikon (2008, 58–59) mukaan tätä voinee selittää esimerkiksi se, että ikääntyneet ovat kompensoineet menetystään muilla ihmissuhteilla tai kohdanneet tuoreempia menetyksiä, jotka ovat lievittäneet vanhemman kuoleman merkitystä yksinäisyyden taustalla.

Paulin yksinäisyydessä on ollut kyse äidin kuoleman jälkeisistä tapahtumista. Jo kymmenvuotiaana Pauli joutui kesätöihin toiselle paikkakunnalle ja yksinäisyyden kierteeseen.

Yksinäisyys oli jo silloin siellä pikkupoikana. Sain minä siinä talossa olla niin kun olisin omassa kotona ollu, mutta vieraitahan ne oli. Pitkä kesä oli ja viis kesää olin siellä. Se johti sitten toiseen yksinäisyyteen kun olin kesät pois ja sitten kun tulin kotiin niin eihän ne mun kavereita ollu enää. Oli, että missäs sää oot ollu, meillä on ollu täällä sellasta ja sellasta.

Sitten tuli yks sellanekin juttu, että kun oli samanniminen kaveri, niin opettaja muutti minun nimen toiseksi. En mä siitäkään tykänny. Oli kaks samannimistä. Mä en ollu enää oma itteni. Mielestäni minä olin Pauli. Opettaja määräsi, että minä olen Sakari ja kesäpaikalla minä olin pikku-Pauli, kun siellä talossa oli samanniminen poika. Se oli iso-Pauli ja minä olin pikku-Pauli. Mulla oli kolme nimeä. (Pauli maaliskuussa 2010)

Lapsuudessa koettu ulkopuolisuus merkitsi Paulille identiteetin kadottamista, joka on yhä seitsemänkymppisenä vahvasti läsnä. ”Kun ihmistä ei hyväksytty omana itsenään, jää miettimään, mikä itsessä on vialla”, kirjoittaa Tarja Heiskanen (2011, 85) pitkäkestoiseen yksinäisyyteen viitaten. Lapsuuden vaikeista kokemuksista huolimatta Pauli kertoo yksinäisyyden olevan mielen päällä erityisesti menneistä ajoista puhuttaessa tai niitä muistellessa: *Sitä tulee kun puhutaan jostain ihmisistä tai paikkakunnista, niin heti yöllä näkee unta jotakin, että on siellä.* Hänen syntymäkotinsa on edelleen pystyssä ja viime vuodet se on ollut serkun lapsen omistuksessa. Kaipuu kotipaikalle on suuri. *Varsinkin kun minä olin nuorena pois sieltä kaikki kesät,* Pauli huomauttaa ja kertoo miettivänsä aika ajoin sitä, että voisi vielä joskus palata juurilleen.

Myös toisaalla yksinäisten hetkien on huomattu näyttäytyvän vastakohtina johonkin päinvastaiseen, voimakkaan läheisyyden kokemukseen ja onnen ai-

kaan, jollaisena lapsuus- ja nuoruus usein esiintyy (Mikkola 2005, 143). Voimakkaasta koti-ikävästä ja kaipuusta menneeseen on usein puhuttu nostalgiana, joka on tapana liittää vanhuuden elämänvaiheeseen⁴¹. Tunteakseen nostalgiaa ihmisen on kohdattava muutos tai ainakin kokemus siitä, että asiat ovat toisin kuin ennen. Karin Johannissonin (2001) mukaan monet ihmiset saattavat olla shokissa huomattuaan, ettei aikuisuus olekaan sellaista kuin sen oli lapsena kuvitellut olevan. Tämä aiheuttaa hämmennystä ja voi johtaa tulevaisuuden ”välttellyyn” ja sen myötä menneisyyteen käpertymiseen. (Mt., 150.) Pirjo Korkiakan (1996) mukaan vanhempien sukupolvien muistelukertomuksissa lapsuus-aika ei kuitenkaan näyttäydy yksinomaan nostalgian kohteena, vaan muisteltaessa voidaan risteillä monenlaisten muistojen – iloisten, onnellisten, tasapainoisten, kurjien, puutteen ja niukkuuden – kentissä. Tämä oli vallitseva tapa kertoa lapsuudesta myös omassa aineistossani.

Haastateltavista ainoana Paulin ja Anneli tuovat esiin sodan kokemisen merkityksen ja siihen liittyvät traumat yksinäisyyttä pohtiessaan. Myös muissa tutkimuksissa on kuvattu sota-ajan muuttaneen monien perheiden sosiaalista rakennetta, joskus pysyvästi (Heiskanen 2006, 265), eikä sota päättynyt rauhan tultua, vaan jatkui muistona, kokemuksina ja kokemuksille annettuina uusina merkityksinä (Kivimäki 2006, 85). Kivuliiden kokemusten työstäminen ei aina onnistunut lainkaan (Kivimäki ja Kinnunen 2006, 277), mistä kertoi erityisesti Anneli, jonka isä oli sodan seurauksena sairastunut vakavasti mieleltään. Sodan jättämistä jäljistä kuitenkin vaiettiin. *Kyllähän se siellä oli, mutta ei se koskaan puhunu*, Paulikin totesi isästään.

Taina Kinnusen ja Ville Kivimäen (2006, 277) mukaan syyt vaikenemiseen eivät ole olleet yksinomaan poliittisia vaan myös henkilökohtaisia ja ihmisen elämänkulkuun kietoutuvia. Heti sodan päätyttyä ei välttämättä haluttu tai pystytty muistelemaan tapahtumia, vaan sen aika tuli myöhemmin. Vuosikymmenien vaikeneminen sodassa taistelleelle saattoi olla traumaattinen kokemus (Sulamaa 2006, 309) ja siitä osansa saivat usein myös veteraanien lapset, sillä osalle rintamalla taistelleista miehistä tappamisen taakka kävi ylivoimaiseksi muuttaen osan perheenisistä tunnekylmiksi ja itsetuhoisiksi (Kivimäki 2006, 203)⁴².

⁴¹ Mike Hepworthin (1997, 178) mukaan iäkkäiden ajatellaan olevan nuorempia taipuvaisempia olemaan emotionaalisesti sitoutuneita menneeseen ja osoittamaan surua, jopa vihaa, ajan kulumisesta. Nuoremmat saattavat kuitenkin ajatella, että vanhat ihmiset ovat nostalgisia, koska he ovat vanhoja, ja että he ovat vanhoja, koska ovat nostalgisia (mt.; ks. myös Saarenheimo 1997).

⁴² Sodan vaikutuksia vanhemmuuteen, ja etenkin sodan kokeneiden miesten mieliin, on pohdittu kasvatustieteen emeritusprofessori Kari Uusikylä, joka on kertonut oman tarinansa julkisuudessa. Perheen sodanjälkeistä elämää sävytti alkoholi, johon isä tukeutui sodan henkisesti haavoittamana. Vanhimman veljen tehtäväksi jäi pienemmistä sisaruksista, etenkin pikkuveljestä, huolehtiminen. Kotona sodasta ei koskaan puhuttu, mutta sen jäljet näkyivät isässä: lempitys ja hellyys olivat asioita, joita pieni lapsi kaipasi, mutta jotka jäivät vain kaipuiksi ja haaveeksi. Uusikylä muistaa olleensa yhden kerran isänsä sylissä: keittiössä istuen ja radiota kuunnellen. Pienestä

Sotasukupolven isiä on pidetty työorientoituneina, etäisinä ja ankarina kurrattajina (Roos ja Rotkirch 1997). Siitä kertoo erityisesti Lauri, joka joutui nuorena poikana isän kalakaverin seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi. Perheen sisäistä hyväksikäyttöä Lauri ei sentään kokenut (vrt. Laitinen 2004), vaikka tapahtumapaikkana olikin oma koti. Myös silloin kun seksuaalinen hyväksikäyttö tapahtuu perheen ulkopuolella, ensisijainen oletusarvo on kodin ja läheisten ihmissuhteiden kiinnipitävästä ja tukevasta voimasta: turvallisesta, kannustavasta ja hoitavasta ympäristöstä (Laitinen 2009, 235). Lauri ei tukea saanut. Suhde isään oli vaikea, ja elämää kotona sävytti isän väkivaltaisuus ja alistaminen. *Oikein pahat välit*, Lauri toteaa suhteestaan isäänsä.

Kun isä aina hakkas sitten ja, minun piti aina sitten, mennä pellolle töihin ja hevosta ajamaan aina ja sitten, yhen kerrankin mie muistan ku vanhempi veli tuli hevosen kanssa ja jätti hevosen eikä riisunu. No isä komenti minua minä en lähtenytäkään ni silloin tuli halosta päähän (nauhahten). Selkään sai, juu. (Lauri heinäkuussa 2012)

Lapsuutensa ja nuoruutensa Lauri eli maaseudulla keskellä isoa sisarusparvea. Maatalon hommiin oli ryhdyttävä pienestä pitäen. Erityisen hyvin Lauri viihtyi hevosten kanssa ja teki niiden parissa töitä myös pois kotoa muutettuaan. Isä olisi halunnut Laurista tilan jatkajan, mutta näin ei käynyt, eikä Lauri ei oppinut lukemaan. Lauri uskoo lukutaidottomuuden johtuvan siitä, että isä pahoinpiteli häntä usein. Lukemiseen ja oppimiseen ei koskaan kannustettu, eikä siihen tarjottu tukea. Ainoastaan töitä oli tehtävä. Kyselylomakkeessa Lauri kuvaa lapsuudenkotia riitaisaksi, ankaraksi, epäoikeudenmukaiseksi ja välinpitämättämäksi. Lämmin ja huolehtivainen se ei ollut lainkaan. Tilanne kotona kärjistyi Laurin ollessa parikymppinen. Hän muutti vanhempiensa luota löytämättä kuitenkaan kotia, jonne asettua aloilleen.

Mie käysin kiertää Suomea sillo nuorempana. Niin mää muistelen että minul ei ollu paikkaa missään oikein. Vähän aikaa olin, kuukauden visiin yhdessä paikassa ja taas läksin. (Lauri heinäkuussa 2012)

Pian Laurin muutettua pois kotoa hänen äitinsä kuoli. Lauri kertoo muistojen äidistä olevan hyviä. Äiti oli hiljainen, *ei koskaan sanonut pahaa sanaa*. Kun isä ajoi Laurin pois kotoa, äiti ehdotti, että Laurille olisi voitu ostaa talo läheltä. Isän

pojasta isän kädet ympärillä tuntuivat hyvältä. Pikkuveljellä tällaista muistoa ei ollut, sillä hän syntyi sotien jälkeen kun ongelmat perheessä olivat jo liian suuria. Alkoholiin hukuttautunutta isäänsä Uusikylä ei kerro säälivänsä, pienempiä sisarusiaan ja itseään kyllä. ”Säälin kaikkia hylättyjä lapsia, jotka joutuvat kantamaan lapsuuttaan koko elämänsä. Sellaisia lapsia on paljon. Tällaisia lapsia.”, hän toteaa. (Ahvenniemi 2014.)

kanssa käydyn riidan päätteeksi Lauri kuitenkin lähti veljen mukana reissun päälle ja sille tielle jäi: *Minun oli niin vaikee kulkee. En oikein tiennyt, että mihkä mie meen.* Aihe saa yhä Laurin herkistymään ja pohtimaan, millaista elämä olisi ollut, jos hän olisikin jäänyt asumaan kotipaikalle ja lähelle äitiä. Silloin hän ei olisi joutunut asumaan vuosia muiden nurkissa, välillä jopa taivasalla rautatie-aseman kupeessa. Laurin elämäntarinassa on paljon yhtäläisyyttä Merja Laitisen (2009) kohtaaman kuusikymppisen miehen tarinaan. Myös Laurin elämänkulku sisältää teemoja, joissa sisäinen, muiden katseilta näkymättömissä oleva puoli kietoutuu ulkoiseen, kanssaihmisille näkyvään osaan (mt., 240). Hyväskäyttöön liittyvät kokemukset jäivät arkielämän pinnan alle (Laitinen 2004, 262) nousten pintaan vasta nyt vanhemmiten, kun kumppania ei ole rinnalle löytynyt.

Vaikeista elämäntapahtumista kertoivat myös muut. Osa haastateltavista on kohdannut lapsen kuoleman, kuten Heikin ja Aatoksen osalta kerroin lapsettomuutta ja kumppanittomuutta käsittelevissä luvuissa⁴³. Muistot kuolemaa edeltävästä ajasta ja viimeisistä kohtaamisesta ovat yhä vahvasti molempien miesten mielessä, vaikka Aatos ei omien sanojensa mukaan muistellut mielellään menneitä. Dyregrov ja Dyregrov (1999, 655) toteavat lapsen kuoleman voivan muuttaa myös positiivisella tavalla suhtautumista elämään. On puhuttu elämänarvojen vahvistumisesta ja niiden järjestyksen muuttumisesta (Aho 2010, 23). Koska Heikin ja Aatoksen lapsen kuolemasta on kulunut pidemmän aikaa, vuosikymmeniä, ei suru ole enää niin vahvasti läsnä ja lapsen kuolema näyttäytyy yhtenä osana elämäntiekkoa. Aikoinaan pojan sairastuttua lääkäri oli kysynyt Heikiltä, uskooko hän Jumalaan. Tuolloin Heikki ei osannut kysymykseen vastata, mutta vuosikymmeniä myöhemmin hän pohtii kaikella olleen jokin tarkoitus.

Minun veti niinku montun auki, että mitäs tää Jumala tähän nyt sitten kuuluu. Nyt minä ymmärrän kaikkien näiden tapahtumien jälkeen, mitä minä olen nyt kertonut sinulle. En olis silloin osannut sanoa, että uskonko vai enkö usko, mutta välillä uskoin ja välillä en uskonu, että hyvin epäuskonen olin. Enkä kaikkea siitä henkenpuolesta usko nykkään, vaikka hyvin pitkälle uskon, että joku näitä asioita järjestää. Minä aika usein ilmotan sen nimen luonnoks, minä sanon se on luonto. Se on mi-

⁴³ Myös Anja on menettänyt lapsensa, mutta hän ei kertonut sitä haastattelutilanteessa. Vuoden 2002 kyselylomakkeessa Anja kertoi ensimmäisen lapsensa kuolleen alle vuoden ikäisenä. Toinen lapsi syntyi muutama vuosi tämän jälkeen. Suomessa lapsikuolleisuus lähti voimakkaaseen laskuun 1940-luvulla, mutta haastateltavieni ikäpolvelle ja heitä vanhemmille alle vuoden ikäisen lapsen kuolema ei ollut ollut harvinainen kohtalo (Suomen virallinen tilasto (SVT): Kuolemansyyt [verkkojulkaisu]). Tästä kertoo sekin, että haastateltavistani moni on kohdannut sisaren kuoleman jo lapsuusvuosinaan.

nun jumalani ja se saa olla jumala yhtä hyvin. Ja kun minulta on kysytty, ni minä olen sen aika monelle sanonu. Ku kaikki kysyy sen, et mikä sen aiheutti, minä sanon että se on se luontojumala. (Heikki maaliskuussa 2010)

Kohtaamistani iäkkäistä Heikki on ehkä se, joka osaa parhaiten käsitellä yksinäisyyttään, saaden siitä myös lohtua. Tutkimuksen alkupuolella viittasin Tornstamiin (1994), jonka mukaan vanhuuden elämänvaihetta luonnehtii eräänlainen ”metaperspektiivin muutos”: suhde aikaan syvenee, tapahtuu eräänlainen henkistyminen tai valaistuminen. Heikin puheet kuvittavat hyvin kokemusta gerotranssendenssista: entisistä ajoista kertovat tilat ja tavarat ovat hänelle tärkeitä, samoin entiseen elämään kuuluvat ihmiset, erityisesti edesmenneet vaimo ja poika. Max van Manen (1990, 104) on nimittänyt mennyttä, nykyisyyttä ja tulevaa aikamaiseman horisonteiksi. Minäkuvammekin on kolmiulotteinen eli näihin kaikkiin horisontteihin kiinnittyvä (esim. Hall 2005; Peace ym. 2011). Kirjailija Milan Kunderaan viitaten Marja Saarenheimo (2012) pohtii minuutemme haurastuvan muistojen haalistuessa. Menneisyyden kanssa eläminen voi olla raskasta ja painavaa, mutta kenties ainoa keinoa säilyttää minuus. (Mt., 40.) Kadonneesta ajasta voi löytyä myös jotain kannattelevaa. (Ks. Tiilikainen ja Karisto 2016.)

Jumalaan Heikki ei usko, mutta monelle iäkkäälle uskonto voi toimia ”yhteisenä muistina”, joka mahdollistaa yksilöllisten elämäntarinoiden rakentumisen osaksi suurempaa kertomusta ja antaen taustan, jota vastaan omia kokemuksia voi peilata (Spännäri 2008, 252). Uskonnollisuus merkitsee usein myös kiinnittymistä sosiaaliin verkostoihin, jotka tarjoavat yksilöllistä, ihmisten välistä ja yhteisöllistä aktiivisuutta (Ellison ja Levin 1998). Uskon merkityksestä ja sen tuomasta tuesta kertoo erityisesti Anneli. Usko luo Annelille turvallisuuden tunnetta, sillä sen myötä hän tietää tulevan olevan paremmissa käsissä: *Jumala huolehtii*. Koska hänellä on yhteys ylöspäin, Annelin ei ole tarvinnut pelätä tulevaa.

Leena Vuorinen (2009) muistuttaa tulevaisuuteen liittyvien suhtautumistapojen olevan ikääntyneillä toisenlaisia kuin nuoremmilla ikäpolvilla. Iäkäs on usein tietoinen ajan rajallisuudesta. Se ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei vanhempi ihminen suuntaisi katsettaan lainkaan tulevaisuuteen. Vanhemmiten kun on monenlaisia konkreettisia kysymyksiä ja asioita ratkaistavana. Käsillä ovat myös viimeiset hetket, jolloin toteuttaa toiveita ja tavoitteita. (Mt., 157.) Syvää yksinäisyyttä kokevalle tulevaisuus saattaa näyttää toivottomalta ajalta, josta ulospääsyä ei ole (esim. Mikkola 2005, 148; Saari 2010, 193–199). Vuorisen (2009, 157) mukaan tulevaisuuteen liittyviin suhtautumistapoihin vaikuttavat

iän sijaan toimintakyvyn mahdollisuudet, mikä käy ilmi myös haastateltavieni puheesta. Tulevaisuuteen suhtaudutaan hyvin monenlaisin ajatuksin (ks. Pajunen 2011, 102–104), mutta suurimpana pelkona näyttäytyy riippuvaisuus toisten ihmisten avusta, oman ruumiin rajallisuus. Toivottomuudesta ja näköalottomuudesta kohtaamani ikääntyvät eivät kuitenkaan kerro. *Kun aamulla herää, on hyvä päivä tulossa*, toteaa Olavi. *Kyllä kun mä käyn nukkumaan ja nousen aamulla niin, kyllä mä oon ihan elämänhalunen. Että mä jaksan siinä kyllä taistella*, pohtii Eini.

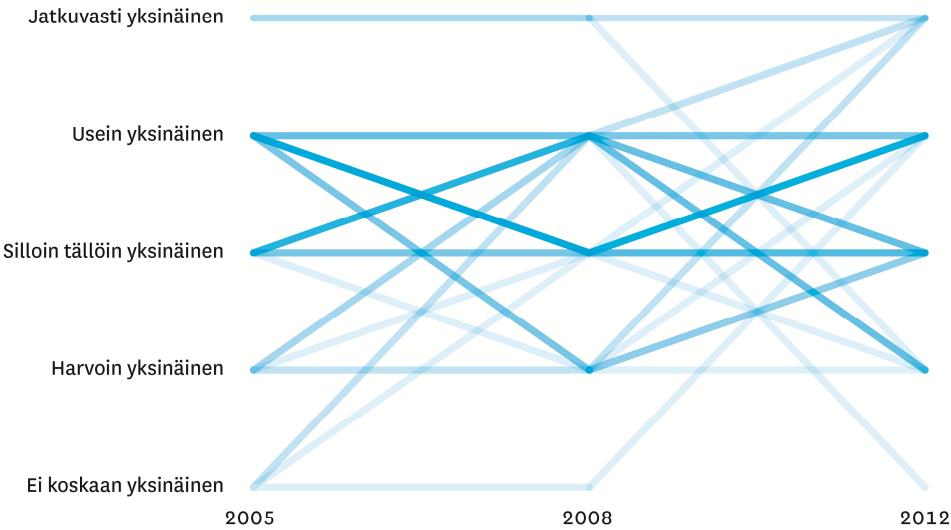
7.2 Muutoksia ja pysyvyyttä

Victor kirjoittajakumppaneineen (2009, 141) on kuvannut kolmea erilaista yksinäisyyspolkua: vähentynyttä, lisääntynyttä ja pysyväluonteista yksinäisyyttä, joista jokaisesta on tартunut kuvauksia haastateltavieni kertomaan, kuten edellisissäkin luvuissa on käynyt ilmi. Myös Ikihyvä-kyselyaineistosta on paikannettavissa vastaavanlaisia yksinäisyyspolkuja. Kuvioon 1 olen koonnut tutkimusvuosien 2005, 2008 ja 2012 aikana tapahtuneet yksilötason muutokset yksinäisyyden voimakkuudessa sellaisten vastaajien osalta, jotka ovat vähintään yhdellä kyselykierroksella tunteneet itsensä usein tai jatkuvasti yksinäiseksi (N=51). Mitä tummempi viiva, sitä useamman yksinäisyyspolut ovat samansuuntaiset. Sen yläpuolella olevassa taulukossa 6 näkyvät samojen ihmisten vastaukset tarkemmin eriteltynä. Mukana ovat vastaukset niiltä haastateltavilta, jotka ovat vastanneet yksinäisyyttä käsittelevään kysymykseen kaikilla kolmella kyselykierroksella.

Sekä taulukosta että kuviosta voidaan huomata, että syvää yksinäisyyttä koetaan harvoin pidemmän aikaa. Suurin osa on vastannut olevansa ”usein” tai ”jatkuvasti” yksinäinen vain yhdellä kyselykierroksella. Vain kuudella vastaajalla yksinäisyyden kokemus on pysynyt samalla tasolla läpi seurantajakson: neljällä siten, että he ovat tunteneet itsensä ”usein” yksinäiseksi sekä vuosina 2005 ja 2008 että vuonna 2012 (nro:t 44–47) ja kahdella siten, että he ovat jokaisella kyselykierroksella kertoneet tuntevansa itsensä ”jatkuvasti” yksinäiseksi (nro:t 50 ja 51). Useimpien kohdalla yksinäisyydessä on tapahtunut lieviä muutoksia suuntaan ja toiseen, mutta nopeitakin siirtymiä aineistosta löytyy (esim. nro 17 ja 49). Osalla yksinäisyys on aaltoillut – loivasti tai jyrkästi – esimerkiksi siten, että yksinäisyys on ollut voimakkaimmillaan keskimmaisella kyselykierroksella (esim. nro 3 ja 9).

Taulukko 6. Tunnetteko itsenne yksinäiseksi -kysymyksen vastaukset vuosina 2005, 2008 ja 2012 (N=51).

Nro	2005	2008	2012	Nro	2005	2008	2012	Nro	2005	2008	2012
1	1	1	4	Eini	3	4	3	39	4	3	4
2	1	3	4	Lauri	3	4	3	40	4	3	4
3	1	4	2	Heikki	3	4	3	41	4	3	4
4	1	4	2	23	3	4	3	42	4	3	5
5	2	2	4	Anneli	3	4	4	43	4	4	3
6	2	2	5	Vilho	3	4	5	Pauli	4	4	4
7	2	3	4	26	4	2	2	45	4	4	4
Anja	2	4	2	27	4	2	3	46	4	4	4
9	2	4	2	28	4	2	3	47	4	4	4
10	2	4	3	29	4	2	3	48	4	4	5
11	3	2	5	30	4	2	3	49	5	5	2
12	3	3	4	31	4	3	2	50	5	5	5
13	3	3	4	32	4	3	3	51	5	5	5
14	3	3	4	33	4	3	3				
15	3	3	4	34	4	3	3		1	Ei koskaan	
16	3	3	4	35	4	3	3		2	Harvoin	
17	3	4	1	36	4	3	3		3	Silloin tällöin	
18	3	4	2	37	4	3	3		4	Usein	
19	3	4	2	38	4	3	3		5	Jatkuvasti	



Kuvio 1. Tunnetteko itsenne yksinäiseksi -kysymyksen vastauksissa tapahtuvat muutokset vuosien 2005, 2008 ja 2012 välillä (N=51).

Yksinäisyyden syitä tarkastellassani lähdin liikkeelle kuvaamalla leskeytymistä, jonka myötä yksinäisyys oli ollut läsnä erityisesti Anjan arjessa. Kohtaaminen Anjan kanssa jäi tuolloin viimeiseksi, joten hänen yksinäisyydessään tapahtuneita muutoksia en ole voinut tarkastella kuin kyselylomakkeen osalta. Kaksi vuotta tapaamisemme jälkeen Anja toteaa yksinäisyyden helpottaneen. Kaipuu puolisoa kohtaan on yhä läsnä, mutta yksinäisyys mielessä vain ”harvoin” (taulukko 6). Myös ympäröiviin ihmissuhteisiin Anja on kyselylomakkeen perusteella tyytyväinen ja arki tuntui loksahaneen uomiinsa, vaikka puolison kuoleman jälkeen ajatus yksin elämisestä, jakamattomasta arjesta, tuntui vaikealta. *On se nyt helpottanu. Se olis ihan kauheeta, jos se olis aina samanlaista*, Anja totesi jo silloin, kun kohtasimme. Pahin yksinäisyys oli puolison kuoleman jälkeen hälventynyt.

Myös Vilhon tapasin vain yhden kerran, sillä hänen kuulonsa oli huonontunut entisestään, eikä hän kokenut voivansa keskustella edes kahden kesken. Kyselylomakkeeseen Vilho on kuitenkin vastannut pari vuotta kohtaamisemme jälkeen todeten haastateltavistani ainoana yksinäisyyden olevan ”jatkuvasti” läsnä (taulukko 6). Saunomisesta Vilho on joutunut luopumaan, mainiten sen asiana, jota haluaisi tehdä mutta ei jaksanut enää jaksa. Myös kävelystä ja lumitöistä on pitänyt luopua. Mahdollisuutensa selviytyä arkielämän tavallisista toimista ja vaatimuksista Vilho arvioi kuitenkin melko hyväksi ja kotona hän yhä asuukin. Yhteydenpito sisaruksiin on vähentynyt, johtuen todennäköisesti veljen tai sisikon kuolemasta, jonka Vilho on merkinnyt lomakkeessa kuluneen neljän vuoden aikana tapahtuneisiin muutoksiin. Siitä, missä määrin yhteyksiä pidetään vielä puhelimitse, Vilhon lomakevastaukset eivät kerro.

Eini kertoo ensimmäisen kohtaamisen jälkeen yksinäisyyden helpottaneen. Myös kyselylomakkeessa hän toteaa yksinäisyyden olevan enää ”silloin tällöin” läsnä (taulukko 6). Uuden pohjakerroksessa olevan asunnon myötä Einin liikkuminen on helpompaa, eivätkä sairaudet samalla tavalla vaivaa kuin pari vuotta aiemmin. Lapset pitävät edelleen päivittäin yhteyttä ja auttavat käytännön asioissa, mutta ystäviä Einillä ei enää juuri ole. Kyselylomakkeessa hän kertoo joutuneensa luopumaan itselleen tärkeästä ”seuraelämästä” kuluneen neljän vuoden aikana. Sopeutuminen uuteen kotiin on aluksi ollut vaikeaa. Eini kertoo nukkuneensa sohvalla ensimmäiset viikot, sillä makuuhuone on tuntunut vieraalta. Kyselylomakkeessa Eini mainitsee yksin asumisen aiheuttavan turvattuutta. Myös laitoshoitoon joutuminen on ympyröity turvattuutta aiheuttavana asiana. Lapset ovat ehdottaneet palvelutaloon muuttoa, mutta Eini ei sitä itse halua, koska siellä olisi niin paljon ihmisiä. Eini on aina tykännyt omasta hiljaisuudesta. *Mutta kyllä mä joskus kaipaisin, että joku kävis, joka ei ois koko päivää minun kanssa. Niin et ihan vaan semmonen kyläilijä, mutta sellasta ihmistä ei ole*, hän pohtii. Pihakeinussa Eini istuu nykyisin harvemmin. Joskus

siinä tulee käytyä, mutta uudessa pihapiirissä ei oikein ole ketään, jonka kanssa istua: *kyllä ne nyt jottain sano ohikulkiessaan siitä, mut ei siinä minun kans istu kukkaan*. Niinpä istuskelu on siirtynyt terasille: *Siinä minä istun aina sitten ja kattelen, kattelen kun linnut laulaa siinä ja oravat juoksee*, Eini kertoo.

Laurikin kertoo yksinäisyyden hieman helpottaneen (taulukko 6). *Tässä on nyt tällä aikaa kuule vähän muutosta tullu tähän elämään. Että mulla käy nuo kotihoitajat käy siivoomassa*, hän toteaa kun toisen kerran kohtaamme. Ruoan Lauri tekee edelleen itse, mutta kotipalvelun toimesta käydään pari kertaa viikossa *pitämässä paikat siistinä*. Silloin tällöin pestään sauna ja aika ajoin joku työntekijöistä lähtee Laurin kanssa käymään isossa marketissa. Viimeksi yhdessä on käyty ostamassa uusi talvitakki. Kotipalvelu on tuonut Laurin elämään uudenlaista rytmiä ja arkeen uusia ihmisiä. Huoli kotona pärjäämisen suhteen on hävennyt, nyt kun apua on saatavilla. Unta Laurin on edelleen vaikea saada ja yöt saattoivat olla katkonaisia, mutta unilääkkeitä hän ei ole enää halunnut ottaa. Konjakkiryyppy iltaisin on auttanut pahimpaan. Masennuksen Lauri kokee helpottaneen, mutta aika ajoin mielessä pyörii yhä ajatus siitä, että *miten tässä näin kävi*, että hän on jäänyt yksin. Yksinäisyydestä Lauri on voinut puhua asukasyhdistyksessä toimivien naisten kanssa. Lauri kertoo heidän tietävän hänestä kaiken, pankkiasioita myöten. Yhdistyksen tiloissa Lauri on saanut käydä vaikka päivittäin. Siellä on usein tarjolla kakkukahvit. Mielessä on kuitenkin yhä kaverin kaipuu. Laurin toiveissa on löytää joku, joka lähtisi hänen kanssaan tansseihin ja muihin tilaisuuksiin ja joka tulisi kotoa hakemaan. Sellainen *saattajakaveri*. Pari vuotta myöhemmin Lauri on löytänyt naapurissa asuvasta pariskunnasta uuden tuttavuuden itselleen. Heidän kanssaan on kahviteltu puolin ja toisin ja he ovat auttaneet Lauria tarjoamalla kyydin asioille. Nyt Lauri kertoo haaveilevansa muutosta ulkomaille, serkkunsa luokse. Siellä ihmiset ovat mukavia ja huomaavaisia. Matkatoimistosta Lauri on selvittänyt, että lentoliput maksaisivat 2000 euroa. Se on hänelle liian paljon.

Myös Heikin yksinäisyys on tutkimusvuosien aikana helpottanut (taulukko 6). Enää Heikki ei ole vaivannut päätään sillä, miten talolle käy, kun aika hänestä jättää. Mielessä on kuitenkin toive siitä, että hän saisi asua kotona niin pitkään kuin mahdollista, sillä omakotitaloon liittyvät kotityöt ja kotiovelta avautuvat ulkoilumahdollisuudet pitävät mielen virkeänä. Puoli vuotta ennen sitä, kun tapasimme viimeisen kerran, Heikki oli liukastunut polullaan ja murtanut jalkansa. Sinnikkäästi hän oli kuntouttanut jalkaansa, alkuun sisällä ja pikkuhiljaa talon ympäri kävellen. ”Heikin polulle” hän oli päässyt muutaman kuukauden kuntouttamisen jälkeen, kertomaan puolisolalle ja lapselle, miksi oli ollut poissa niin pitkään: *Suvulle ilmottautumas, kertomas mitä vasten en oo käyny*. Ilman hyvää tukiverkostoa Heikki ei olisi pärjännyt murtuneen jalkansa kanssa. Sisarusket perheineen ovat auttaneet, mistä Heikki on hyvin kiitollinen. Auttavia käsiä

on saatavilla, *kunhan vain itse tohtii kysyä*. Kaikki piha- ja kotityöt Heikki tekee edelleen itse, eikä hän koe tarvitsevansa niihin apua. Ainoastaan ikkunanpesu on jäänyt. Heikki kertoo haaveilevansa ruskaretkestä pohjoiseen, mutta sinne hän tarvitsisi seuraa: jonkun joka voisi ajaa hänen kanssaan ja olla muutenkin seurana. Ajatuksena se tuntuu kuitenkin hankalalta, Heikki kun ei haluaisi olla kenellekään vaivaksi.

Toisin kuin Einin, Laurin ja Heikin, on Annelin yksinäisyys pysynyt ennallaan kahdella viimeisellä kyselykierroksella (taulukko 6). Toisen haastattelukerran aikoihin Anneli asuu samassa asunnossa kuin ennen, mutta haaveilee muu-
tosta järven rannalle. Hän kertoo muuttaneensa niin monesti, ettei se tunnu isolta jutulta. Pikemminkin uusi paikkakunta toisi mukanaan kaikkea uutta ja kiinnostavaa: *Aika kuluisi uutta paikkaa pälistellessä*. Anneli kertoo lähistöllä asuvan paljon yksinäisiä naisia, jotka voisivat hänen mielestä olla enemmän tekemisissä toistensa kanssa. Pihakeinussa Annelin tulee aika-ajoin istuskeltua, mutta lähinnä omien vieraiden kanssa tai yksin. Ihmiset pysyttelevät pitkälti omissa oloissaan. Yksinäisyys on yhä ”usein” läsnä, mutta tulevaisuuteen Anneli suhtautuu rauhallisin mielin. Kaksi vuotta myöhemmin Anneli on muuttanut uudelle paikkakunnalle, rivitaloasuntoon. Puolen vuoden sisällä myyntiin olivat menneet sekä mökki että vanha asunto. Ystävät auttoivat muutossa uuteen asuntoon ja kaikki oli sujunut hyvin, vaikka omanlaista stressiä kulunut vuosi oli pitänyt sisällään. Uusiin naapureihin Anneli on jo ehtinyt tutustua, ja he vaikuttavat mukavilta. Lähellä asuu samanikäinen nainen, joka on jäänyt leskeksi. Hänelläkään ei ole lapsia. Anneli on vienyt naiselle pikkuleipiä ja hänestä tuntuu, että he viihtyvät yhdessä. Muutenkin Anneli on hyvillään muutosta, sillä vanhan asunnon ahtaus ja asuinympäristön hiljaisuus olivat jo pitkään ahdistaneet. Kauppaan ja kaupungille oli liian pitkä matka, eikä mitään oikein tapahtunut. *Vanhassa kodissa tuli vietettyä viisi pitkää vuotta*, Anneli huokaa.

Aatos, Olavi ja Helmi eivät ole vastanneet yksinäisyyttä käsittelevään kysymykseen kaikilla kyselykierroksilla, mutta yksinäisyydestä tapahtuneista muutoksista keskusteltiin sekä toisella että kolmannella haastattelukerralla. Puoli-
toista vuotta ensimmäisen kohtaamisen jälkeen yksinäisyys on yhä Aatoksen mielessä, mutta hän kertoo suhtautuvansa elämäänsä päivä kerrallaan. Tulevaisuus kuitenkin pelottaa ja etenkin lisääntyvät kivut. Hermostäryt ovat lääkärin mukaan tulleet jäädäkseen ja iltaisin ne on yhä kohdattava yksin. Aatoksen liik-
kuminen on mennyt entistä huonommaksi eikä hän usko sen parantuvan. Aatos kävisi mielellään erilaisissa riennoissa, jos vain kroppa toimisi. Juhannuksen aikaan tuttavien kanssa oli vitsailtu tansseihin menemisestä ja sinne Aatos olikin päässyt tutun taksikuskien kyydittämänä. Pari vuotta myöhemmin Aatos ei enää asu kotona. Lähes vuoden päivät hän on majoittautunut paikallisen terveysaseman vuodeosastolla, odottaen vanhainkodista vapautuvaa paikkaa. Aatos kertoo, että

hänellä on hyvät tukiverkostot: tytär ja lapsenlapsi pitävät yhteyttä ja myös sisarusten kanssa hän soittelee. Yksinäisyys on kuitenkin yhä mielessä, etenkin naisystävän kaipuu. Naisystävä toisi elämäänsä iloa. Aatos kertoo esittävänsä iltaisin hiljaisen toiveen siitä, ettei aamulla tarvitsisi herätä ja allekirjoittaneensa suostumuksen, jolla luovuttaa ruumiinsa tutkimus- ja opetuskäyttöön. Lottokupongin hän silti edelleen viikottain täyttää.

Kun tapaamme toisen kerran, Olavi toteaa, ettei koe suurta yksinäisyyttä tai oikeastaan yksinäisyyttä lainkaan. Elämä ei pitkästytä Olavia, vaan kulkee vanhalla, hyväksi koetulla painollaan. Ainoa asia, mikä painaa hänen mieltään, on se, että on tullut siivottua huonosti. *Että kun tulee vähän huonosti siivottua kotinurkat. Tulee vaan lähdettyä ulos vaikka kuinka nyt pitäis välillä imuroida, mutta olkoon huomiseen ja sitten se tahtoo huomennakin jäädä huomiseen*, Olavi selittää naurahtaen. Tulevaisuutta hän ei juuri ajattele tai ainakaan murehdi. *Tulee mitä tulee*, Olavi miettii. Syksyn hän on kuitenkin suunnitellut viettävänsä mökillä, aina lokakuuhun saakka. Joulun jälkeen siellä puuhastelu alkaa olla taas mielessä, mikä pitää mielen virkeänä pimeänä vuoden aikana. Kaksi vuotta myöhemmin Olavi saa päivät yhä mukavasti kulumaan lukemalla, katsoamalla telkkaria, kuuntelemalla radioita ja lähtemällä ulos, jos alkaa pitkästyttää. Juttuseuran kaipuu ja pysyvemmän ystävyssuhteen löytäminen on kuitenkin aika ajoin mielessä. Olavi kertoo, ettei helposti uskalla muiden kanssa juttusille kahviloissa pyöriessään, *juro hämäläinen* kun on. Hän pohtii sen olevan itsestä kiinni, ettei ole onnistunut tutustumaan kehenkään, jonka kanssa viettää aikaa. *Mutta yksinäisyys ei ole taakka minulle*, Olavi tarkentaa.

Puolitoista vuotta ensimmäisen kohtaamisen jälkeen Helmi kertoo yksinäisyyden olevan yhä mielessä. Hän toteaa olevansa siihen itse syyllinen, koska aikoinaan muutti Suomeen. Ikävä vanhaan kotipaikkaan on edelleen kova, sillä Suomesta ei ole löytynyt tuttaviam, joiden kanssa keskustella. Tulevaisuutta Helmi ei kuitenkaan ajattele, vaikka *nuorempana tuli mietittyä sitä ja tätä*. Helmi toteaa ottavansa vastaan sen, mitä Jumala antaa. Mielessä on silti toive *hyvän* toverin löytymisestä, vaikka miestä Helmi ei kaipaakaan. Syksyllä Helmi aikoo ottaa itseään niskasta kiinni ja jatkaa tutussa laulukuoressa. Kuluneena vuonna hän ei ole käynyt siellä kertaakaan, mitä hän itse paheksuu. Matkaa kuoroharjoitukseen olisi vain kilometrin verran, joten jaksamisesta se ei ole ollut kiinni. Ensimmäinen kuorokerta on syyskuun ensimmäinen päivä ja sinne Helmi aikoo mennä. Kuoron hän uskoo tuovan iloa ja riemua elämään.

Pauli on haastateltavista ainoa, joka on vastannut jokaisella kyselykierroksella olevansa usein yksinäinen (taulukko 6). Toisen haastattelukerran aikoihin Pauli on jäänyt leskeksi noin vuosi sitten. *On mulla siinä pöydällä kukat ollu vielä. Oon vaihtanu aina ku menee huonoksi. Uusia kukkia ja valokuva on siinä*, Pauli kertoo. Koti tulee omin avuin pidettyä järjestyksessä, joskin puoliso

oli Paulin mukaan selvästi parempi pitämään huushollin kunnossa. Vieraita ei käy kylässä samalla tapaa kuin ennen ja ystävien ja tuttavien yhteydenpito on vähentynyt. Näköetäisyydellä asuu kuitenkin tuttavapariskunta, jonka kanssa Pauli on tiiviisti tekemisissä. Tuttavapariskunnan miehellä on tapana käydä tarkistamassa, onko Pauli hengissä. Välillä Pauli on käynyt heidän luonaan kylässä. Kuluneen vuoden aikana hän on löytänyt myös uuden harrastuksen paikallisen kansanterveys- ja vammaisjärjestön kautta. Ilman harrastuksia hän ei tiedä, mitä tekisi. Jutteleminen ja kuulumisten vaihto jäävät kuitenkin harrastusten lomassa vähemmälle, eikä kovin syvällisiin keskusteluihin ole mahdollisuutta. Harrastuksiin ja kauppaostoksille Pauli kulkee omalla autollaan. Sairauden vuoksi hän ei voi tehdä lyhyttäkään kauppamatkaa kävellen. Auto ja ajokortti ovat Paulille erityisen tärkeitä ja ajokortin uusiminen tuntuu hänestä tarpeettomalta riesalta. Vaikka liikkuminen on aika ajoin vaikeaa ja kankeaa, ratissa Pauli tuntee olonsa varmaksi.

Kaksi vuotta myöhemmin Pauli asuu yhä kotonaan omakotitalossa, mutta hänen kuntonsa on selvästi huonontunut sitten viime näkemän. Ruokaa Pauli ei enää laita itse vaan se tuodaan ateriapalvelusta. Harrastusporukoiden kesken nähdään yhä viikottain, joskus useamminkin. Usein ystävät soittavat ja varmistavat, että onhan Pauli tulossa. Myös lasten kanssa pidetään yhteyttä, mutta ei siten kuin Pauli toivoisi. Sisaruksetkin elävät Paulin mukaan omissa oloissaan, omien perheidensä kanssa. Mökki ja mökin lähellä oleva kotipaikka ovat yhä usein mielessä, mutta yksin Pauli ei ole sinne voinut lähteä. Edesmenneen puolison lapsen ja lapsenlapsen kanssa Pauli pitää edelleen tiiviisti yhteyttä. Viime käynniltä muistoksi on jäänyt askartelutyö ja virpomisoksia. *Mitähän minusta ja meistä jää jäljelle*, Pauli pohtii. Vanhaksi hän ei itseään koe, mutta koska ympäriltä on kuollut paljon tuttavasia ja läheisiä, hänestä tuntuu, ettei enää ole ketään jäljellä jakamassa yhteisiä kokemuksia. Pauli kertoo pitävänsä itseään sosiaalisena ja kaivanneensa aina ihmisiä ympärilleen, mutta usein tuo toive ei ole toteutunut. Jotenkin hän on aina jäänyt yksin.

8 Kiteytyksiä

Läpi tutkimuksen olen kuvannut hyvin monenlaisia polkuja, elämäntapahtumia ja elämänvaiheita, joiden ympärille myöhemmällä iällä koettu yksinäisyys rakentuu. Yksittäisten ihmisten kertomukset ovat muuttuneet yleisemmiksi, ja johdattaneet minut pohtimaan yksinäisyyttä myös heidän elämäntarinoistaan irtautuen. Näin tutkimuksen lopuksi on aika kiteyttää, mistä kaikesta tutkimuksessani on ollut kyse. Lähden liikkeelle tutkimusmenetelmällisistä ratkaisuistani, minkä jälkeen pohdin, mitä elämänkulkunäkökulma tarjoaa yksinäisyyden tarkasteluun tutkimusprosessini ulkopuolella.

Laadullinen seurantatutkimus

Tutkimukseni on laadullinen seurantatutkimus, joka on rakentunut kymmenen yksinäisyyttä kokevan ikääntyvän ja heidän kohtaamistensa ympärille. Siihen millaiseksi kohtaamiset muotoutuivat, vaikuttivat monet tekemäni valinnat, joita olen läpi tutkimukseni pyrkinyt tekemään näkyväksi. Perinteisen tavoitteen objektiivisuudesta unohdin jo tutkimukseni alkumetreillä, kun päätin tehdä laadullista tutkimusta. Vuorovaikutusta ei voida pitää tutkimuksen virhelähteenä, vaan väistämättömänä ominaispiirteenä, jonka vaikutus tulee tutkimusprosessissa tunnistaa ja analysoida (Perttula 1995, 68). Laadullisessa tutkimuksessa on harvoin tavoitteena tutkimuskohteen ulkopuolelle asettuva neutraali tutkija-asetelma. Lähtökohtana on tutkijan rooli tiedon tuottajana ja osana tutkimaansa ilmiötä (Ahponen 2008, 50). ”Olen aina osa sosiaalisia tilanteita. Tutkailen, minulla on aina mielipiteitä, arvoja, tunteita ja uskomuksia niihin liittyen. Siksi en usko objektiivisuuteen, tai tavoittele sitä”, Judi Marshall (1986, 195) kirjoittaa. Marshallin tavoin ymmärrän tutkimukseni kertovan jotain myös minusta.

Ymmärrykseni kohtaamieni ikääntyvien yksinäisyydestä kasvoi pikkuhiljaa. Toisten kanssa luottamuksellinen suhde rakentui nopeammin kuin toisten, kuten olettaa saattaa, sillä olin tutkijana vain hetkellisesti vieraana heidän elämässään. Kaikkia haastateltavia en voi sanoa tuntevani hyvin, mutta useimmille olin ensimmäinen, jolle yksinäisyydestä kerrottiin (Pajunen 2011, 92), eräänlaista onnellisuusmuurin onnistunutta ylittämistä sekin. Osan kanssa keskustelumme

syvenivät nopeammin kuin toisten, ja joidenkin osalta jäin kolmenkin tapaamisen jälkeen pintapuolisemman ymmärryksen varaan. Tähän uskon olleen monia syitä. Yksi niistä on muisti. Jos keskustelukumppanini ei muistanut edellistä tapaamistamme, oli mahdoton tai ainakin vaikea jatkaa siitä, mihin jäimme. En halunnut saattaa haastateltaviani huonoon valoon, mikä edellytti sen hyväksymistä, ettei aikaisempiin keskusteluihin ollut esimerkiksi muistivaikeuksien vuoksi mahdollista palata (Virkola 2014, 93). Tällöin keskustelimme samoista aiheista uudestaan, eivätkä keskustelut syventyneet samassa määrin kuin niiden ihmisten kanssa, jotka muistivat edellisen kohtaamisemme ja sen aikana käydyt keskustelut.

Myös puheen rytmillä oli vaikutuksensa. Esimerkiksi Heikki totesi useaan otteeseen olevansa ”saarnamies” eli kova puhumaan. Keskustelu etenikin usein niin, että annoin hänen vapaasti kertoa, mitä hänellä oli sydämellään kunnes lopuksi siirryin tarkentamaan ja kysymään mieltäni askarruttavia asioita. Osa haastateltavista oli selvästi vähäpuheisempia ja mietiskelevämpiä, joten olin heidän kanssaan usein tilanteessa, jossa minun oli johdettava keskustelua, mutta annettava tilaa myös hiljaisuudelle, jotta en hyppäisi liian nopeasti seuraavaan asiaan. Kuuntelemalla opin ymmärtämään ihmisten eritahtisuutta ja hyväksymään, ettei tutkimuksen rytmi ollut pelkästään minusta kiinni. Kolmas syy siihen, miksi keskustelut syvenivät eri tahtiin, on varmastikin se tärkein: elämäntarinoiden erilaisuus. Kaikki haastateltavat olivat kokeneet elämässään raskaita asioita, kuten puolison sairastumisen, läheisen ihmisen menetyksen tai oman sairauden, mutta toisia elämä oli koetellut enemmän kuin toisia. Häpeän, pelon ja syyllisyyden värittämistä elämäkokemuksista voi haastattelutilanteessa olla vaikea puhua ja ilman luottamusta on vaikea näyttää, miten pahalta asiasta puhuminen tuntuu (Laitinen 2004, 62–65).

Yksinomaan luottamuksen rakentumisesta ja keskustelujen syventymisestä ei tutkimusprosessissani kuitenkaan ole ollut kyse. Tutkimusvuosien kuluessa kohtaamieni ikääntyvien elämässä on tapahtunut isoja ja pieniä elämänmuutoksia. Osa on menettänyt läheisen ihmisen, mutta myös uusia ihmissuhteita on muodostunut. Harrastusporukan tai naapuruston kautta on löytynyt kavereita ja lapsenlapsenlapsiakin oli syntynyt. Passiivista heidän arkensa ei ole ollut. Kylpylässä ja tanssimassakin on käyty, vaikka sairaudet ovat aika ajoin painaneet päälle. Myös uuteen kotiin on muutettu. Toiselle se on merkinnyt uusia tuttavuuksia, toiselle vapautumista vanhan asuintalon hissittömyydestä. Osan arki on supistunut entisestään kodin seinien sisäpuolelle, eikä mahdollisuuksia sieltä kulkemiseen juuri ole. Muutama on siirtynyt kotihoidon piiriin, jonka myötä elämään on tullut uusia ihmisiä ja uudenlaista rytmiä. Huolta aiheuttavat heikkenvä terveys ja taloudellinen tilanne sekä vaikkapa ajokortin menettäminen. Toisaalta tulevaisuuteen suhtauduttaan myös toiveikkaasti. Mielessä on haave

lottovoitosta, uuden rakkauden löytymisestä tai ruskamatkasta Lappiin. Yksinäisyydenkin värittämä elämä on ollut tapahtumarikasta ja sisältänyt monenlaisia kokemuksia.

Tutkimusta aloittaessani en tiennyt olevani kiinnostunut yksinäisyyden ajallisesta luonteesta. Valitsemani seuranta-asetelman myötä yksinäisyydessä tapahtuvat muutokset olivat kuitenkin väistämättä edessäni, ja huomasin yllättäväni siitä, kuinka dynaamiselta yksinäisyys kohtaamieni ikääntyvien kokemana näyttäytyi. Vaikka haastateltavani olivat kertoneet kyselylomakkeessa olevansa ”usein” tai ”jatkuvasti” yksinäisiä, ei heidän elämänsä pelkkää yksinäisyyttä ollut: yksinäisyys saattoi olla läsnä tiettyinä vuorokauden, viikon- tai vuoden-aikoina (ks. Tiilikainen ja Karisto 2016). Myös tutkimusvuosien edetessä yksinäisyyden syvyys ja ilmenemismuodot muuttivat muotoaan, mistä kertoivat myös käytössäni olleet kyselyaineistot: syvää yksinäisyyttä koetaan harvoin pidemmän aikaa, ja harvan yksinäisyyspolku saa samanlaisen muodon kuten edellisen luvun graafeista ilmeni. Yksinäisyyden ajalliset muutokset liukuvat herkästi hyppysistä.

Kiinnostukseni elämänkulkuun ohjasi merkittävästi laadullisen seuranta-aineiston keruun viimeisiä vaiheita ja pisteen päättämistä sille. Kolmannella haastattelukierroksella kuuntelin erityisen herkällä korvalla kertomuksia menneistä elämäntapahtumista ja elämänvaiheista, mutta arjen havainnointi oli jo jäänyt vähemmälle, mikä näkyi myös päiväkirjamerkinnöissäni. En enää tehnyt tarkkoja kuvauksia ympäristöstä, vaan kiinnitin katseeni taaksepäin, tutkimukseni ihmisten elämänkulkuun. Joissakin keskusteluissa alkoivat samat aiheet toistua, eikä uusia asioita tullut esille, vaikka niitä hienovaraisesti yritin etsiä. Myös muutoksia haastateltavieni elämässä oli tapahtunut hyvin eri tahtiin: osalla vähän ja hitaasti kun taas toiset olivat kohdanneet merkittäviä elämänmuutoksia parissakin vuodessa. Ikkunat heidän elämänsä avautuivat eri tavoin ja eri vaiheissa tutkimuksen tekoa. Silti uskon lopettaneeni kohtaamiset oikeaan aikaan, tilanteessa, jossa haastateltavat ovat päässeet sanomaan sen, mitä ovat yksinäisyydestään halunneet kertoa.

Tutkimukseni teko on jatkunut enemmän ja vähemmän tiiviinä kuusi vuotta. Tiedän muuttuneeni muutenkin kuin haastattelijana, onhan vuosia kulunut ja myös omassa elämässäni on tapahtunut muutoksia. Vaikka tutkijan työ ei ole täyttänyt arkeani kokopäiväisesti, on tutkimukseni kulkenut jollain tapaa koko ajan mukanani. Aika ajoin siitä on ollut vaikea ottaa etäisyyttä, saati päästää irti, kun se on uhannut valmistua. Tutkimus on tekijälleen merkityksellinen prosessi. Laadullisen seurantatutkimuksen tekijälle se on usein varsin pitkä ja työläskin prosessi, jonka aikana yhteydenpitoa tutkittaviin on pidettävä yllä tavalla tai toisella (McLeod ja Thomson 2009, 74). Oma yhteydenpitoni haastateltaviin on ollut pienimuotoista, enkä missään nimessä voi sanoa sen olleen raskasta tai liian

työllistävää. Helpolla en kuitenkaan liene itseäni päästänyt, sillä eräänlainen riittämättömyyden tunne on kulkenut matkassa koko tutkimuksen teon ajan. Syksyllä 2013 raapustin tutkimuspäiväkirjaani potevani huonoa omatuntoa siitä, etten ollut pitänyt kohtaamiini ikääntyviin yhteyttä toisen haastattelukierroksen jälkeen. Omassa elämässä oli tapahtunut isoja muutoksia, muutto uudelle paikkakunnalle ja arki kahden pienen lapsen kanssa, mutta silti tapaamani ihmiset pyörivät mielessäni. Pelkäsin menettäväni kontaktin heihin ja siten myös heidän tarinoihinsa.

Uskon tutkittavieni aistineen eläytymiseni ja välittämiseni heitä kohtaan. Ilman tuota tunnetta keskustelumme ja ne hiljaisetkin hetket olisivat varmasti olleet toisenlaisia. Sensitiivinen tutkimusote on näkynyt myös siinä, että olen punninnut tarkkaan kohtaamieni ihmisten mahdollisuuksia jatkaa tutkimuksen parissa. Parhaani mukaan olen pyrkinyt informoidun suostumuksen saavuttamiseen ja sen ylläpitämiseen, mikä on edellyttänyt herkkyyttä tunnistaa keskustelukumppanin viestejä niin sanallisia ja sanattomia. Sen, miten lämpimästi ja odottaen minut otettiin kerta toisensa jälkeen vastaan, koen olleen merkki siitä, ettei kukaan ole ollut tutkimuksessa mukana vastentahtoisesti. Etääntymisen kanssa olen kipuillut enemmän, mutta myös sen uskon sen löytyneen ennen kaikkea kirjoittamisen kautta. Tutkimuksestani on tullut kertomus yksinäisyydestä ja elämäkulusta, ei yksinomaan haastateltavieni elämäntarinoista.

Tutkimustani esitellessäni olen usein törmännyt kysymykseen, ajattelenko tekeväni jonkinlaista yksinäisyysinterventiota eli lievittäväni kohtaamieni ikääntyvien yksinäisyyttä. Vaikka olen todennut jossain määrin jopa ystävystyneeni kohtaamieni ikääntyvien kanssa, on roolini tutkijana ollut kaikille ilmeinen. Kysyjille olen vastannut, ettei tarkoitukseni suinkaan ole ollut asettua terapeutin tai vapaaehtoisen auttajan rooliin, vaikka jossain määrin ymmärrän niin tehneeni. Keskustelut eivät ole olleet terapeutteja ammatillisessa mielessä, mutta tiedän niiden tuoneen jossain määrin helpotusta kohtaamieni ikääntyvien elämäänsä. Heillä on ollut mahdollisuus kertoa itsestään ja samalla kokea olevansa myös hyödyksi minulle ja tutkimukselleni. Se, että olen tavannut haastateltaviani vain kolmesta neljään kertaan, osaa vain yhdesti tai kahdesti, on vaikuttanut siihen, millainen merkitys minulla on heidän elämäänsä ollut. Heidän näkökulmastaan ei ehkä kovinkaan suuri, vaikka minun mielessäni nämä ihmiset ovat usein pyörineet.

Jos joku tekisi tutkimukseni uudestaan, näyttäisi se varmasti hyvin toisenlaiselta. Samaa aineistoa kun voidaan tulkita monin eri tavoin, eikä tutkimusraportissa esitetty tapa ole useinkaan se ainoa mahdollinen. Marja Saarenheimo (1997, 29) muistuttaa, että kyse ei ole oikeista ja vääristä valinnoista, tai edes sellaisista, jotka tutkimuksen kuluessa voitaisiin osoittaa oikeiksi tai vääriksi,

vaan pikemminkin enemmän tai vähemmän käyttökelpoisten tai sopivien näkökulmien valinnasta. Elämänkulunäkökulman ajattelen avaavan ikkunan ikääntyvien sosiaalisen elämän ja yksinäisyyden tarkasteluun myös tutkimusprosessini ulkopuolella. Tärkeän avauksen se antaa myös yksinäisyyden lievittämisestä käytyyn keskusteluun.

Näkökulmana elämänkulku

Tutkimuksessani olen etsinyt vastauksia kysymykseen, millä tavoin myöhemmällä iällä koettu yksinäisyys kietoutuu elämänkulkuun, sillä aikaisemmassa yksinäisyyttä käsittelevässä tutkimuksessa on harvoin tarkasteltu muuta kuin tässä hetkessä koettua elämää. Vähälle huomiolle ovat jääneet myös ne monenlaiset sosiaaliset suhteet, joihin yksinäisyys subjektiivisesta luonteestaan huolimatta kiinnittyy. Tähän aukkoon olen tutkimukseni halunnut kiinnittää. Pyrkimyksenäni on ollut löytää ikääntyvien yksinäisyyteen tarttumapintoja, joiden myötä yksinäisyyden yksilölliset merkitykset olisivat paremmin tavoitettavissa. Punaisena lankana tutkimuksessani on kulkenut ymmärrys elämänkulun prosessuaalisuudesta ja suhteisuudesta (esim. Pohjola 1994). Yksinäisyyden ymmärrän sosiaaliseksi prosessiksi: kokemukseksi, joka saa merkityksensä ajassa ja paikassa ja jota yksilön elämänkulku värittää.

Elämänkulkua sivuavissa tutkimuksissa kiinnostus on usein kohdistunut elämäntapahtumien ajoittumiseen, keston, jaksottumiseen ja käännekohtiin (George 2009, 164). Elämänkulku siirtymiseen ja tapahtumiseen pelkistetään usein etenemiseksi yhdellä elämänkulun, esimerkiksi koulutuksen tai läheissuhteiden, ulottuvuudella (Marin 2001, 38). Lähestymistapani on ollut toisenlainen, sillä yksinäisyyden näkökulmasta erilaiset elämäntapahtumat, elämänvaiheet ja niihin linkittyvät ihmissuhteet kietoutuvat toisiinsa myös saman ihmisen kohdalla. Yksittäisten elämänpolkujen sijaan olen tarkastellut menetettyjä ja toteutumattomia sosiaalisia rooleja ja rakoilevaa sosiaalista saattuetta. Ne ymmärrän elämänkulun varrelle sijoittuviksi ja toisiinsa linkittyviksi jatkumoiksi, jotka antavat erilaisille sosiaalisille poluille niiden tunnusomaisen muodon.

Kohtaamilleni ikääntyville yksinäisyyden taustalla olevia menetettyjä ja toteutumattomia sosiaalisia rooleja ovat olleet leskeytyminen, kumppanittomuus, lapsettomuus ja lapsenlapsettomuus sekä eläköityminen. Leskeytymisen jälkeinen yksinäisyys liittyi ennen kaikkea menetettyyn elämään kohdistuvaan kaipuuseen. Läsä oli surua ja kaipuuta yhdessä jaettua arkea kohtaan, mutta myös kokemus tarpeettomuudesta ja joutilaisuudesta, sillä enää ei ole ollut ketään kehnästä pitää huolta. Leskeytymiseen liittyvästä yksinäisyydestä kertoivat ne, jotka

olivat hiljattain menettäneet elämänmittaisen kumppaninsa. Yksinäisyyden kokemukset olivat hälvenneet, kun puolison kuolemasta kulunut enemmän aikaa. Elämästä oli löydetty uutta tarttumapintaa, vaikka sen löytäminen oli alkuun tuntunut vaikealta, jopa mahdottomalta.

Kumppanittomuuteen kietoutuva yksinäisyys sai merkityksensä ennen kaikkea elämänkumppanin tai ”lämpimän ystävyyden” kaipuuna. Etenkin eronneet miehet kaipasivat vierelleen naisystävää, jonka kanssa jakaa iloja ja suruja, mutta myös hellyyttä ja mielihyvää. Vanhemmiten uuden kumppanin löytäminen ei kuitenkaan ollut helppoa, sillä mahdollisuudet liikkua ja tavata uusia ihmisiä olivat vähentyneet. Kaikille kumppanittomuus ei kuitenkaan merkinnyt kielteisenä koettua yksinäisyyttä, vaan pikemminkin rauhaa ja vapautta. Miellessä saattoi olla raskas omaishoitosuhte ja se, ettei enää tarvitse kuunnella toista, joka voisi sanoa pahoja sanoja.

Menetettyihin ja toteutumattomiin sosiaalisiin rooleihin olen liittänyt myös vanhemmuuden ja isovanhemmuuden. Lapsettomat haastateltavani kertoivat eriarvoisuuden kokemuksesta suhteessa sellaisiin, joilla jälkikasvua on. Oma lapsettomuus nousi pintaan etenkin pyhinä muiden viettäessä niitä perheidensä kanssa. Myös arkipäivisin kaivattiin seuraa jollaisiksi perheellisistä ei omien vastuidensa ja kiireidensä vuoksi ollut. Suhteet muihin ihmisiin näyttäytyivät löyhempinä ja hauraampina kuin perheellisillä, eikä kontakteja nuorempiin sukupolviin juuri ollut. Isovanhemmuuden kaipuusta kertoivat kuitenkin ennen kaikkea ne, joilla oli lapsia, mutta joilla sukupolvien ketju oli heidän jälkeensä katkennut. Kaikkien lapsettomien kohdalla ei ollut kyse siitä, että vanhemmuus olisi jäänyt kokonaan toteutumatta: osa haastateltavistani oli elänyt omia lapsia pidempään. Vaikka lapsen kuolemasta oli kulunut vuosikymmeniä, muistot lapsesta ja hänen kuolemastaan olivat yhä vahvasti mielessä.

Yksi esimerkkini menetetyistä sosiaalisista rooleista liittyy työelämään, tarkemmin ottaen eläköitymiseen. Kohtaamani ikääntyvät ovat jääneet eläkkeelle vuosia, usein vuosikymmeniä ennen kuin ensimmäisen kerran tapasimme. Tästä huolimatta vuodet työelämässä, ja etenkin eläkkeelle jäämisen ajanjakso olivat keskusteluissa usein läsnä myös yksinäisyyden värittämänä. Näin varsinkin silloin, jos työelämästä oli omasta mielestä jääty pois liian aikaisin. Osa haastateltavista olikin ollut pidemmän aikaa eläkkeellä kuin aikoinaan työelämässä. Tällöin huolta aiheuttivat vähäiset eläketulot, joiden vuoksi kulkemisia ja ”vapaa-ajan” menoja oli jouduttu rajoittamaan, eikä pitkiin päiviin ollut helppo löytää sellaista sisältöä, jota itse kaipaisi.

Elämänkulkua käsittelevissä tutkimuksissa sosiaalisen saattueen käsitteellä on kuvattu yksilön dynaamista sosiaalista verkostoa, joka toimii suojaavana ja tukevana pohjana elämänkulun eri vaiheissa ja käännteissä (Kahn ja Antonucci

1980). Koska tutkimuskohteenani on ollut yksinäisyys, olen puhunut rakoilevasta sosiaalisesta saattueesta, joka on haastateltavieni kohdalla liittynyt ruumiin rajallisuuteen, hyvän ystävän kaipuuseen, kokemukseen vieraasta kulttuurista ja vanhemmuuden kitkoihin. Ruumiin rajallisuuteen kietoutuvan yksinäisyyden taustalla oli muun muassa kuulon tai liikuntakyvyn heikkeneminen, joiden myötä arki oli supistunut kodin seinien sisäpuolelle. Enää ei kyetty tekemään samoja asioita kuin ennen. Ihmissuhteiden ylläpitämistä ja uusien luomista oli vaikeuttanut esimerkiksi asuintalon hissittömyys. Muille ei haluttu olla vaivaksi, vaikka mielessä oli pelko siitä, miten yksin pärjää. Konkreettisen yksinolon myötä läsnä oli turvattomuutta ja pelkoa, jopa toivoa siitä, että elämä päättyisi. Surua oli aiheuttanut tunne siitä, että muut ihmiset välttelevät: he tuntuvat pelkäävän, että raihnaisuus tarttuu.

Kohtaamani ikääntyvät kuvasivat ystävien ja tuttavien vähentyneen vuosien saatossa. Ystäväpiirin kaventuminen nähtiin luonnollisena osana ikääntymistä, mutta kontakteja oman ikäisiin ystäviin kaivattiin ja niistä nautittiin. Myös matka- ja tanssikaverista haaveiltiin, sillä sellaisissa riennoissa ei haluttu yksin kulkea. Ystävän kaipuu ei kuitenkaan aina liittynyt ystäväpiirin kaventumiseen. Ystäviä ja tuttavien saattoi olla, mutta heistä ei aina ollut sellaisiksi, joita erityisesti kaivattiin. Ystävyys-suhteisiin kohdistettiin toiveita mukavasta yhdessäolosta ja mahdollisuudesta jakaa niin iloja kuin suruja. Tärkeimpänä näyttäytyi toive vastavuoroisuudesta: kokemus siitä, että ystävän kanssa oltaisiin samalla viivalla tai aaltopituudella. Iän myötä keventyneestä ystäväkategorisoinnista (Samter 2003; Virtanen 2013) kohtaamani ikääntyneet eivät kertoneet. Yksinäisyyttä ei voinut lievittää kuka tahansa.

Yksinäisyys kumpusi myös vieraaksi koetusta kulttuurista. Uudessa maassa ystäviä ja tuttavien oli vaikea löytää. Läsnä oli ikävä ja kaipuu entiselle kotiseudulle, ja kokemus erilaisuudesta: siitä, ettei kuulunut joukkoon. Mielessä olivat muistot ajasta, jolloin naapureiden kanssa vietettiin aikaa ja koettiin yhteenkuuluvuuden tunnetta. Näin oli myös silloin kun muutto oli tapahtunut maassamuuttona: maaseudulta asutuskeskukseen, jossa elämäntapa oli yksityisempää. Löyhempien suhteiden välillä sukkuloiminen ei aina onnistunut, ja epävarmuutta aiheuttivat kyläilykulttuurissa tapahtuneet muutokset. Spontaaneja käyntejä kun ei enää kehdattu tehdä. Yksityistynyt elämäntapa ja asuinalueen vähäinen sosiaalinen elämä oli tuonut mukanaan kokemuksen eriarvoisuudesta, etenkin suhteessa nuorempiin ihmisiin. Muuttuneeseen elämäntapaan tuntui vaikealta solahda. Se, ettei naapurustossa tai kaupassa tervehditty tuotti kokemuksen siitä, että oli ajautunut yhteiskunnan laidalle, paikkaan, johon ei koe kuuluvansa.

Kuvaamani vanhemmuuden kitkat liittyivät ennen kaikkea toiveeseen siitä, että suhde omiin lapsiin ja lapsenlapsiin olisi emotionaalisesti läheisempi, ei

niinkään siihen, että heiltä kaivattaisiin enemmän käytännön apua. Mielessä oli yksinkertainen toive, että jälkikasvun kanssa vietettäisiin enemmän aikaa yhdessä. Myös omia kokemuksia ja ajatuksia olisi haluttu jakaa heidän kanssaan, mutta siihen oli harvoin mahdollisuutta. Usein minulle jäi kuitenkin tunne, etteivät lapset tienneet vanhempiensa odotuksista. Perhesuhteisiin oli vaikuttanut haastateltavan oma elämänhistoria, mutta myös perherakenne ja siinä tapahtuneet muutokset, kuten avioero, jonka myötä suhde lapsiin ja lapsenlapsiin oli jäänyt etäisemmäksi kuin sen itse toivoi olevan. Syy tähän löydettiin myös itsestä. Yhteyttä ei aina vain osattu pitää, vaikka se oli usein mielessä.

Suurin osa haastateltavistani on kohdannut elämässään vaikeita, osin traumaattisiakin elämäntapahtumia, mutta vääjäämättöminä syiden ja seurausten ketjuna heidän elämänsä ei ole minulle näyttäytynyt, enkä sitä sellaisena ole pyrkinyt tavoittamaan. Onhan ”elämä on täynnä triviaaleja pikku juonen käänteitä ja irrallisia langan päitä, jotka eivät sovi keskenenään yhteen tai eheään kokonaisuuteen” (Saarenheimo 2012, 46). Mitä erilaisimmista yksinäisyyspoluista huolimatta teen mieluiten yksinkertaistetun jaottelun elämänmittaiseen ja elämäntilanteeseen yksinäisyyteen. Osalle yksinäisyys on ollut vasta vanhemmiten kohdattu kokemus. *Kyllä minusta tuntuu siltä, että se vasta vanhemmiten on tullu tämä sana yksinäisyys*, kuulonsa menettänyt Vilho virkkoo. *Minä en ollu nuorena yksinäinen. Se on ihmeellistä. On nyt ollut näitä rajoitteita hirveen paljon*, rollaattorilla liikkuva Eini toteaa. Nuorempana Laurikaan ei tuntenut itseään lainkaan yksinäiseksi. *Mutta se aika ei koskaan palaa*, hän miettii ja kertoo kumppanittomuudesta tulleen taakka vasta viime vuosina.

Useimmilla yksinäisyys on elämänkulun aikana aaltoillut. *Kyllä mä oon ollu aika nuorenakin joskus kokenukin sitä kun oon itekseen ollu. Ihan semmosena kaks, kolmekymppisenäki jo*, lapseton ja naimaton Anneli toteaa ja kertoo yksinäisyyden olleen läsnä muun muassa silloin kun hän on asunut vieraalla paikkakunnalla kaukana kotoa. Aikaisempia yksinäisiä elämäntilanteita ja -vaiheita ovat kohdanneet myös muut, esimerkiksi omaishoitajuuden, lapsen kuoleman, ruuhkavuosien, yksinhuoltajuuden ja avioeron myötä⁴⁴. Muuttuneeseen elämäntilanteeseen sopeutuminen vie aikaa, mutta on harvoin täysin mahdotonta. Yksinäisyys on usein luonnollinen osa luopumisen prosessia. Kumppanittomuus tai lapsettomuuskaan merkitsee harvoin aina läsnä olevaa yksinäisyyttä, vaan niihin liittyvä yksinäisyys voi nousta pintaan tietyissä elämänvaiheissa tai -tilanteissa (ks. myös Ojala ja Kontula 2002; Victor ym. 2009, 143).

⁴⁴ Myös Ikihyvä-tutkimuksen elämänkulkuaineistossa (ks. s. 40) yksinäisyys näyttäytyy ennen kaikkea erilaisiin elämäntilanteisiin ja elämänvaiheisiin liittyvänä kokemuksena. Avovastaukset kysymykseen, mikä on ollut elämäsi yksinäisin ajankohta, vaihtelevat lapsuudesta, leskeytymiseen, avioerojaksoon ja ulkomailla vietettyihin vuosiin. Kuvatut yksinäisyyskokemukset sijoittuvat niin elämän alkuvaiheisiin kuin myöhemmille ajanjaksoille.

Myös lähes elämänmittaisesta yksinäisyydestä kerrottiin. Syvästä ja pitkittyneestä yksinäisyydestä puhuttaessa sitä kokevan on sanottu olevan hukassa myös itseltään, ei ainoastaan toisilta ihmisiltä (esim. Halonen 2008). Torsti Lehtinen (2011, 120) kirjoittaa kohtalonomaisesta yksinäisyydestä, joka on raskas taakka, jos sitä ei ole voinut itse valita. Lehtinen (mt.) pohtii, voisiko tähän auttaa yksinäisyyttä kokevan rohkaiseminen yksinäisyytensä luovaan hyödyntämiseen. On myös esitetty yksilöterapian olevan toimivin ratkaisumalli juuri pitkäkestoisen ja syvän yksinäisyyden vähentämiseksi (Masi ym. 2011). Elämänhistorian jatkuva puuminen voi kuitenkin tehdä minästä vankilan (Karisto 2008, 323). Terapeuttisuuden sijaan tai sen rinnalla voisi olla mielekkäämpää puhua muistelun sosiaalisista ja yhteisöllisistä merkityksistä: mahdollisuudesta vakuuttua oman elämän arvosta, kuten Saarenheimo (1997, 208; ks. myös Saarenheimo 2012) on esittänyt. Lapsesta saakka yksinäisyyttä kokenut Pauli kertoo haaveilevansa elämäntarinansa kirjoittamista muiden luettavaksi. Omin avuin se on ollut vaikeaa.

Erityisesti ikääntyviä käsittelevissä tutkimuksissa on oltu kiinnostuneita siitä, miten yksinäisyyttä voidaan lievittää (esim. Routasalo ja Pitkälä 2003; Savikko 2008). Yksinäisyyttä on pyritty lievittämään ryhmämuotoisesti, kahden keskisillä tapaamisilla ja sellaisen toiminnan avulla, jota voi tehdä yksin (Uotila 2011, 30). Haasteena on pidetty sitä, että olemassa olevat toimintamallit eivät aina onnistu tavoitteessaan eli yksinäisyyden vähentämisessä (esim. Cattan ym. 2005). Tutkimusprosessini myötä uskon yksinäisyyteen olevan vaikea, jopa mahdoton, vastata mikäli sen syvyys, muodot, yksilölliset merkitykset ja usein myös hyvin erilaiset syyt jäävät tunnistamatta. Yksinäisyydestä puhuttaessa katseen soisi kääntyvän yksilöstä arjen infrastruktuuriin, osallisuuden mahdollisuuksiin ja ehtoihin, joilla kiinnitymme tai jäämme kiinnittymättä toisiin ihmisiin (ks. myös Saari 2010; Eräsaari 2011).

Kohtaamani ikääntyvät ovat kokeneet yksinäisyyttä suhteessa läheissuhteisiin, laajempiin yhteisöihin ja toisinaan myös ympäröivään yhteiskuntaan. Läsnä on ollut rakkauden ja kiintymyksen kaipuuta, yhteenkuulumattomuuden tunnetta sekä arvottomuuden ja tarpeettomuuden kokemuksia. Jälkimmäisistä kannan erityistä huolta. Kaikkein huonokuntoisimmille iäkkäille yksinäisyys ei ole vain mukavan seuran kaipuuta, vaan myös uuvuttava kokemus yhteiskunnallisesta osattomuudesta ja oman elämän merkityksettömyydestä. Vanhetessaan ihminen harvoin, jos koskaan, menettää sosiaalisia rooleja, joita hän elämänkulkunsa aikana on omaksunut. Erityisen kipeältä voi tuntua se, ettei niitä ulkoapäin tunnisteta ja ikääntynyt nähdään vain kasvottomana avun tarpeen kohteena (esim. Pirhonen 2015).

Vanhuutta värittävä ”toiseus” sai minut aikoinaan kiinnostumaan vanhene-
misen tutkimuksesta (Pajunen 2008). Julkisessa keskustelussa väestön ikäänty-
misestä on yhä tapana rakentaa yhteiskunnallinen ongelma, joka nähdään nuor-
emmille ikäpolville uhkana. Ovatpa iäkkäät hyveellisiä tai kurjia, heidän paik-
kansa on ihmiskunnan ulkopuolella (Beauvoir 1992, 9–10) tai ainakin sen lai-
doilla. Paradoksaalisesti pitkän elämän eläneet ihmiset irrotetaan usein elämän-
kuluistaan ja etäännytetään kauas menneisyyteen (Hazan 1994, 18). Simone de
Beauvoir (1992, 10–11) toteaa tällaisen karkotuspuheen kääntyvän väistämättä
puhujiaan vastaan, jos kieltäydymme näkemästä vanhassa ihmisessä itseämme:
emme usko siihen tulevaisuudenkuvaan, jonka vanhat ihmiset meille antavat,
emmekä näe heissä kaltaisiamme. Myös yksinäisyyttä käsittelevissä tutkimuk-
sissa on tehty tiukkaa rajanvetoa aikuisten ja vanhusten yksinäisyyden välille
(esim. Saari 2010) työntäen ikääntyneet aikuisuuden ulkopuolelle.

Tutkimuksellani olen halunnut haastaa toiseutta ylläpitävää puhetta niin
vanhuudesta kuin yksinäisyydestä. Muiden tutkijoiden tavoin ajattelen ikäänty-
vien yksinäisyyden saavan julkisessa keskustelussa varsin yksioikoisia merkityk-
siä (esim. Victor ym. 2009; Uotila 2011). Myös monissa tutkimuksissa yksinäi-
syys näyttäytyy kokemuksena, joka johtuu sosiaalisten kontaktien puutteesta ja
johon on haettu ratkaisukeinoja yksilön kielteisten, jopa ”vääristyneiden” aja-
tusmallien purkamisesta (esim. Masi ym. 2011). Usein puhutaan yksinäisistä
ikään kuin omana ja muista erillisenä joukkonaan. Robert Musilin (1930/2006,
200) mukaan tunteet voivat olla niin vahvasti kietoutuneet normeihin, tulkin-
toihin ja asiantuntijoiden arvioihin, että ne kadottavat suhteensa yksilöön: ”On
syntynyt maailma, jossa ominaisuudet ovat miestä vailla, elämykset kokijaansa
vailla”.

Tutkimuksessani en ole halunnut antaa näin yksioikoista kuvaa myöhem-
mällä iällä koetusta yksinäisyydestä, sillä sellaisena se ei ole minulle kohtaa-
mieni ikääntyvien kertomana näyttäytynyt. Siihen, mitä on olla yksinäinen, ei
liene löydettävissä lopullista vastausta. Elämänkulkunäkökulman avulla olen
pyrkinyt lisäämään tuota kysymystä koskevaa ymmärrystä ja tarjoamaan tarttu-
mapintoja, ei yksinomaan vanhuudessa koettuun yksinäisyyteen, vaan myös laa-
jemmin yksinäisyyteen ja sen yksilöllisiin merkityksiin elämänkulun eri vai-
heissa. Pelkän tässä hetkessä koetun yksinäisyyden sijaan katseeni on kohdistu-
nut erilaisiin elämänvaiheisiin ja elämäntapahtumiin sekä niissä mukana kulke-
viin suhteisiin, joita myöhemmällä iällä koetun yksinäisyyden taustalta voidaan
paikantaa. Näkyväksi on tullut yksinäisyyden ja eletyn elämän kerroksellisuus.

Kirjallisuus

- Adams, Rebecca ja Blieszner, Rosemary (1995) Aging well with friends and family. *American Behavioural Scientist* 39(2): 209–224.
- Aho, Anna-Liisa (2010) Isän suru lapsen kuoleman jälkeen. Tuki-interventio ja sen arviointi. *Acta Universitatis Tamperensis* 1551. Tampere: Tampere University Press.
- Ahponen, Helena (2008) Vaikeavammaisen nuoren aikuistuminen. Yksilöllinen ja erilainen elämäntietä. Kelan tutkimusosasto, Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 94. Helsinki: Kela.
- Ahvenniemi, Ulla (2014) Isoveli valvoo. Kasvatusguru Kari Uusikylä kasvoi alkoholistiperheessä: "En toivo samaa kenellekään". *Kodin Kuvalehti* 2/2014. Luettavissa osoitteessa: http://www.kodinkuvalehti.fi/artikkeli/hyva_mieli/ihmissuhteet/isoveli_valvoo
- Alastalo, Marja (2005) Metodisuhdanteiden mahti. Lomaketutkimus suomalaisessa sosiologiassa 1947–2000. Tampere: Vastapaino.
- Alitolppa-Niitamo, Anne ja Säävälä, Minna (2010) Isovanhemmuus liikkuvuuden maailmassa. Teoksessa Fågel, Stina ja Rotkirch, Anna ja Söderling, Ismo (toim.) *Farkkumummoja ja pehmoaareja – uusia ikkunoita isovanhemmuteen*. Helsinki: VL-Markkinointi. 138–155.
- Andersson, Lars, Mullins, Larry ja Johnson, Paul (1987) Parental intrusion versus social isolation: A dichotomous view of the sources of loneliness. Teoksessa Hojat, Mohammadreza ja Crandall, Rick (toim.) *Loneliness: Theory, research and applications*. London: Sage. 125–134.
- Andersson, Sirpa (2008) Kahdestaan kotona. Tutkimus vanhoista pariskunnista. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, Tutkimuksia 169. Helsinki: Stakes.
- Andrews, Molly (1991) *Lifetimes of commitment: Ageing, politics, psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Antonucci, Toni ja Akiyama, Hiroko (1995) Convoys of social relations: Family and friendships within a life span context. Teoksessa Blieszner, Rosemary ja Bedford, Victoria (toim.) *Handbook of aging and the family*. US: Greenwood. 355–371.
- Anttonen, Anneli (2009) Hoivan yhteiskunnallistuminen ja politisoituminen. Hoiva – Tutkimus, politiikka ja arki. Tampere: Vastapaino. 54–98.
- Arber, Sara ja Timonen, Virpi (2012) *Contemporary grandparenting: Changing family relationships in global contexts*. Bristol: Policy Press.
- Assmuth, Laura (1997) Women's work, women's worth. Changing lifecourses in Highland Sardinia. *Suomen Antropologien Seura, Toimituksia* 39. Helsinki: Suomen Antropologien Seura.

- Baarsen, Berna van, Smit, Johannes, Snijders, Tom ja Knipscheer, Kees (1999) Do personal conditions and circumstances surrounding partner loss explain loneliness in newly bereaved older adults? *Ageing & Society* 19(4): 441–469.
- Baarsen, Berna van, Snijders, Tom, Smit, Johannes ja van Duijn, Marijtje (2001) Lonely but not alone: Emotional isolation and social isolation as two distinct dimensions of loneliness in older people. *Educational and Psychological Measurement* 61(1): 119–35.
- Bartlett, Frederik Sir (1932) *Remembering: A study in experimental and social psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bauman, Zygmunt (1994) Is there a postmodern sociology. Teoksessa Seideman, Steven (toim.) *The postmodern turn: New perspectives on social theory*. Cambridge: Cambridge University Press. 187–204.
- Bauman, Zygmunt (2001) *Community: Seeking safety in an insecure world*. Cambridge: Polity Press.
- de Beauvoir, Simone (1992) Vanhuus. Suom. Mirja Bolgar. Jyväskylä: Gummerus. Ranskankielinen alkuperäisteos 1970.
- Beck, Ulrich (2002) Individualization. Institutionalized individualism and its social and political consequences. London: Sage.
- Bengtson, Vern (2001) Beyond the nuclear family: The increasing importance of multigenerational bonds. *Journal of Marriage and Family* 63(1): 1–16.
- Bengtson, Vern, Biblarz, Timothy ja Roberts, Robert (2002) How families still matter: a longitudinal study of youth in two generations. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bennett, Kate (2007) No sissy stuff”: Towards a theory of masculinity and emotional expression in older widowed men. *Journal of Aging Studies, Masculinity and Aging* 21(4): 347–56.
- Berg, Stig, Melleström, Dan, Persson, Göran ja Svanborg, Alvar (1981) Loneliness in the Swedish aged. *Journal of Gerontology* 36(3): 342–349.
- Bergman, Manfred Max (2011) The politics, fashions, and conventions of research methods. *Journal of mixed methods research* 5(2): 99–102.
- Bertaux, Daniel ja Bertaux-Wiame, Isabelle (1981) Life stories in the bakers' trade. Teoksessa Bertaux, Daniel (toim.) *Biography and society*. London: Sage. 169–189.
- Bhaskar, Roy (1978) On the possibility of social scientific knowledge and the limits of naturalism. *Journal for the Theory of Social Behaviour* 8(1): 1–28.
- Biggs, Simon (1999) *The mature imagination: Dynamics of identity in midlife and beyond*. Buckingham: Open University Press.
- Bindels, Jill, Baur, Vivianne, Cox, Karen, Heijing, Sêrve ja Abma, Tineke (2014) Older people as co-researchers: A collaborative journey. *Ageing and Society* 34(6): 951–973.
- Björnberg, Ulla ja Ekbrand, Hans (2008) Financial and practical kin support in Sweden: Normative Guidelines and Practice. *Journal of Comparative Family Studies* 39(1): 73–95.
- Bowlby, John (1973) *Attachment and loss*. New York: Basic Books.

- Brückner, Erika ja Mayer, Karl (1998) Collecting life history data: Experiences from the German life history study. Teoksessa Giele, Janet ja Elder, Glen (toim.) *Methods of life course research: Qualitative and quantitative approaches*. Thousand Oaks: Sage. 152–181.
- Bruner, Jerome (1987) Life as narrative. *Social Research* 1(54): 11–32.
- Bryceson, Deborah ja Vuorela, Ulla (2002) Transnational families in the twenty-first century. Teoksessa Bryceson, Deborah ja Vuorela, Ulla (toim.) *The transnational family: New European frontiers and global networks*. Oxford: Berg. 3–30
- Cattan, Mima, White, Martin, Bond, John ja Learmouth, Alison (2005) Preventing social isolation and loneliness among older people: A systematic review of health promotion interventions. *Ageing & Society* 25(1): 41–67.
- Castrén, Anna-Maija (2009) Onko perhettä eron jälkeen? Eroperhe, etäperhe, uusperhe. Helsinki: Gaudeamus.
- Chambers, Pat (2005) *Older widows and the life course*. Aldershot: Ashgate.
- Chase, Susan (1995) Taking narrative seriously. Consequences for method and theory in interview studies. Teoksessa Josselson, Ruthellen ja Lieblich, Amia (toim.) *Interpreting experience. The narrative study of lives*. London: Sage. 1–25.
- Chen, Hsi-Yan (1994) Hearing in the elderly. Relation of hearing loss, loneliness, and self-Esteem. *Journal of Gerontological Nursing* 20(6): 22–28.
- Choi, Namkee (1994) Patterns and determinants of social service utilization: Comparison of the childless elderly and elderly parents living with or apart from their children. *The Gerontologist* 34(3): 353–362.
- Connidis, Ingrid Arnet ja McMullin, Julie Ann (1996) Reasons for and perceptions of childlessness among older persons: Exploring the impact of marital status and gender. *Journal of Aging Studies* 10(3): 205–222.
- Cresswell, Tim (2005) *Place: a short introduction*. Oxford: Blackwell Publishing.
- Crosnoe, Robert ja Elder, Glen Jr. (2002) Successful adaptation in the later years: A life course approach to aging. *Social Psychology Quarterly* 65(4): 309–328.
- Cumming, Elaine (2000) Further thoughts on the theory of disengagement. *Ageing and everyday life* 15(3): 25–39.
- Cumming, Elaine ja Henry, William Earl (1961) *Growing old, the process of disengagement*. New York: Basic Books.
- Dahlberg, Karin (2010) The enigmatic phenomenon of loneliness. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being* 2(4): 195–207.
- Dahlberg, Lena ja McKee, Kevin (2014) Correlates of social and emotional loneliness in older people: Evidence from an English community study. *Ageing ja Mental Health* 18(4): 504–14.
- Dannefer, Dale (1992) On the conceptualization of context in developmental discourse: Four meanings of context and their implications. *Life-span development and behavior* 11: 83–110.

- Dannefer, Dale ja Settersten, Richard (2010) The study of the life course: Implications for social gerontology. *The SAGE handbook of social gerontology*. Thousand Oaks: Sage. 3–20.
- Denzin, Norman (1970) *The research act: A theoretical introduction to sociological methods*. New Jersey: Transaction publishers.
- Dupre, Matthew ja Meadows, Sarah (2007) Disaggregating the effects of marital trajectories on health. *Journal of Family Issues* 28(5): 623–652.
- Dykstra, Pearl ja Wagner, Michael (2007) Pathways to childlessness and later life outcomes. *Journal of Family Issues* 28(11): 1487–1517.
- Dykstra, Peral (2005) Changes in older adult loneliness: Results from a seven-year longitudinal study. *Research on Aging* 27(6): 725–747.
- Dyregrov, Atle ja Dyregrov, Kari (1999) Longterm impact of sudden infant death: A 12-to 15-year follow-up. *Death studies* 23(7): 635–661.
- Elder, Glen ja Johnsson, Monica Kirkpatrick (2002) The life course and ageing: challenges, lessons and new directions. Teoksessa Settersen, Richard Jr. (toim.) *Invitation to the life course. Toward New Understandings of Later Life*. New York: Baywood Publishing Company. 49–84.
- Elder, Glen Jr. (1995) The life course paradigm: social change and individual development. Teoksessa Moen, Phyllis, Elder Jr, Glen ja Lüscher, Kurt (toim.) *Examining lives in context: perspectives on the ecology of human development*. Washington: American Psychological Association. 101–139.
- Elder, Glen Jr. ja Giele, Janet (toim.) (2009) *The craft of life course research*. New York: Guilford Press.
- Elias, Norbert (1978) *What is sociology? Käänt.* Stephen Mennell ja Grace Morrissey. London: Hutchinson. Saksankielinen alkuperäisteos 1970.
- Elias, Norbert (1985) *The loneliness of dying*. Oxford: Blackwell.
- Ellison, Christopher ja Levin, Jeffrey (1998) The religion-health connection: Evidence, theory, and future directions. *Health Education ja Behavior* 25(6): 700–720.
- Eräsaari, Leena (2002) Moderni mummo. *Gerontologia* 16(1): 10–24.
- Eräsaari, Leena (2011) Julkisten palvelujen muutokset yksinäisyyden aiheuttajina. Teoksessa Heiskanen, Liisa ja Saaristo, Tarja (toim.) *Kaiken keskellä yksin*. Jyväskylä: Ps-kustannus. 31–58.
- Eriksen, Thomas Hylland (2001) *Tyranny of the moment: fast and slow time in the information age*. London: Pluto Press.
- Erjanti, Helena (1999) From emotional turmoil to tranquility: Grief as a process of giving in a study on spousal bereavement. *Acta Universitatis Tampereensis* 715. Tampere: Tampere University Press.
- Eskola, Jari ja Suoranta, Juha (1998) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Faist, Thomas (2000) Transnationalization in international migration: Implications for the study of citizenship and culture. *Ethnic and Racial Studies* 23(2): 189–222.

- Fees, Bronwyn, Martin, Peter ja Poon, Leonar (1999) A model of loneliness in older adults. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 54B(4): 231–239.
- Felski, Rita (2000) *Doing time: feminist theory and postmodern culture*. New York: New York University Press.
- Fiori, Katherine, Smith, Jacqui ja Antonucci, Toni (2007) Social network types among older adults: A multidimensional approach. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 62(6): 322–330.
- Flick, Uwe (2009) *An introduction to qualitative research*. London: Sage.
- Garfinkel, Harlod (1987) *Studies in ethnomethodology*. Cambridge: Polity Press.
- Geertz, Clifford (1973) Thick description. Teoksessa Geertz, Clifford (toim.) *The interpretation of cultures: selected essays*. New York: Basic Books. 3–30.
- Geertz, Clifford (2000) *Local knowledge: Further essays in interpretive anthropology*. New York: Basic books.
- Geller, Jeffrey, Janson, Paul, McGovern, Elizabeth ja Valdin, Anthony (1999) Loneliness as a predictor of hospital emergency department use. *Journal of Family Practice* 48(10): 801–801.
- George, Linda (2009) Conceptualizing and measuring trajectories. Teoksessa Elder, Glen Jr. ja Giele, Janet (toim.) *The craft of lifecourse research*. New York: Gilleford Press. 163–186.
- Giddens, Anthony (1992) *The transformations of intimacy*. Cambridge: Polity Press.
- Gillis, John (1996) *A world of their own making. Myths, ritual and the quest for family values*. Camnbridge (Mass.) Harvard University Press.
- Girardin, Myriam ja Widmer, Eric (2015) Lay definitions of family and social capital in later life. *Journal of Personal Relationships* 22(4): 712–737.
- Glaser, Barney ja Strauss, Anselm (1967) *The discovery of grounded theory*. London: Weidenfeld and Nicholson.
- Glesne, Corrine ja Peshkin, Alan (1992) *Becoming qualitative researchers: An introduction*. New York: Longman.
- Glick, Ira, Weiss, Robert ja Murray, Parks (1974) *The first year of bereavement*. Oxford: John Wiley ja Sons.
- Graneheim, Ulla ja Lundman, Berit (2010) Experiences of loneliness among the very old: The Umeå 85+ Project. *Aging ja Mental Health* 14(4): 433–438.
- Granfeldt, Riitta (1998) Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Toimituksia 702. Helsinki: SKS.
- Gubrium, Jaber (2001) Narrative, experience, and aging. Teoksessa Kenyon, Gary, Phillip Clark ja De Vries Brian (toim.) *Narrative gerontology: Theory, research, and practice*. New York: Springer Publishing Company. 19–30.
- Haapola, Ilkka (2009) Aineisto ja menetelmät. Teoksessa Haapola, Ilkka, Fogelholm, Mikael Fogelholm, Heinonen, Heikki, Karisto, Antti, Kullaa, Arja, Mäkelä, Tiina, Nurminen, Teija, Nummela, Olli, Pajunen, Elisa, Ritsilä, Anu, Seppänen, Marjaana, Töyli, Pasi, Uutela, Antti, Valve, Raisa ja Väänänen, Ilkka (toim.) *Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimus. Peruseräraportti 2008. Päijät-Hämeen Sosiaali- ja terveysyhtymän julkaisu 70*.

- Haapola, Ilkka ja Vaara, Elina (2013) Käytettävät aineistot. Teoksessa Haapola, Ilkka, Karisto, Antti ja Fogelholm, Mikael (toim.) Vanhuusikä muutoksessa. Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimuksen tuloksia 2002–2012. Päijät-Hämeen Sosiaali- ja terveystyhtymän julkaisuja 72. 17–26.
- Haapola, Ilkka, Karisto, Antti ja Fogelholm, Mikael (toim.) (2013) Vanhuusikä muutoksessa. Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimuksen tuloksia 2002–2012. Päijät-Hämeen Sosiaali- ja terveystyhtymän julkaisuja 72.
- Haapola, Ilkka, Karisto, Antti ja Kuusinen-James, Kirsi (2009) Hyvinvoinnin ja palvelujen muutossuunnat. Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrin 2008 tuloksia. Päijät-Hämeen ja Itä-Uudenmaan sosiaalialan osaamiskeskus Verson julkaisuja 4/09.
- Haavio-Mannila, Elina ja Kontula, Osmo (2007) Seksuaalinen aktiivisuus ikään-tyessä. *Gerontologia* 21(2): 67–79.
- Haavio-Mannila, Elina ja Roos, J.P. (1998) Pidättyvyyden polven naisten ja miesten rakkaustyylejä. Teoksessa Hyvärinen, Matti, Peltonen, Eeva ja Vilkkio, Anni (toim.) Liikkuvat erot. Sukupuoli elämäkertatutkimuksessa. Tampere: Vastapaino. 239–272.
- Haavio-Mannila, Elina, Majamaa, Karoliina, Tanskanen, Antti, Hämäläinen, Hans, Karisto, Antti, Rotkirch, Anna ja Roos, J.P. (2009) Sukupolvien ketju. Suuret ikäluokat ja sukupolvien välinen vuorovaikutus Suomessa. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 107. Helsinki: Kela.
- Hagestad, Gunhild ja Call, Vaughn (2007) Pathways to childlessness: A life course perspective. *Journal of Family Issues* 28(10): 1338–1361.
- Hagestad, Gunhild ja Neugarten, Bearnice (1985) Age and the life course. Teoksessa Binstock, Robert ja Shanas, Ethel Shanas (toim.) *Handbook of aging and the social sciences*. New York: Van Nostrand Reinhold. 35–61.
- Hagestad, Gunhild ja Uhlenberg, Peter (2005) The social separation of old and young: A root of ageism. *Journal of Social Issues* 61(2): 343–360.
- Hakala, Katariina ja Hynninen, Pirkko (2007) Etnografisesta tietämisestä. Teoksessa Lappalainen, Sirpa, Hynninen, Pirkko, Kankkunen, Tarja, Lahelma, Elina ja Tolonen, Tarja (toim.) *Etnografia metodologiana. Lähtökohtana koulutuksen tutkimus*. Tampere: Vastapaino. 209–225.
- Hakola, Outi, Kivistö, Sari ja Mäkinen, Virpi (2014) Kuoleman kulttuurit Suomessa. Helsinki: Gaudeamus.
- Hall, Stuart (2005) Identiteetti. Suom. ja toim. Mikko Lehtonen ja Juha Herkman. Tampere: Vastapaino.
- Halonen, Kaisa (2008) Kaiken keskellä yksin. Vantaan Lauri 71.12.2008. Verkkojulkaisu osoitteessa: http://www.valomerkki.fi/vantaan-lauri/vantaan-lauri-arkisto/kaiken_keskella_yksin.
- Hammersley, Martyn (1989) The dilemma of qualitative method: Herbert Blumer and the Chicago tradition. London: Routledge.
- Hammersley, Martyn ja Atkinson, Paul (2007) *Ethnography: principles in practice*. New York: Routledge.
- Hanifi, Riitta ja Anttila, Timo (2015) Yksin vietetty aika lisääntyy. Konferenssi-esitys Sosiologipäivillä Helsingissä 5.3.2015.

- Hänninen, Sakari (1998) Kamppailu identiteetistä. Teoksessa Hänninen, Sakari (toim.) *Missä on tässä?* Jyväskylän yliopisto: SoPhi. 107–130.
- Hawkley, Louise, Browne, Michael ja Cacioppo, John (2005) How can I connect with thee? Let me count the ways. *Psychological Science* 16(10): 798–804.
- Hawkley, Louise ja Cacioppo, John (2010) Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine* 40(2): 218–227.
- Hazan, Haim (1994) *Old age: constructions and deconstructions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hazan, Hazan (2009) Beyond dialogue: Entering the fourth space in old age. Teoksessa Edmondson, Ricca ja von Kondratowitz (toim.) *Valuing older people: A Humanist approach to ageing*. Bristol: Policy Press. 91–106.
- Hector-Taylor, Loma ja Peter Adams (1996) State versus trait loneliness in elderly new zealanders. *Psychological Reports* 78(3c): 1329–1330.
- Heikkinen, Sari (2015) *Arki uudessa kotimaassa – Entisestä Neuvostoliitosta Suomeen iäkkäinä muuttaneiden arki, sosiaaliset suhteet ja kotoutuminen*. Acta Universitatis Tamperensis 2020. Tampere: Tampere University Press.
- Heino, Eveliina (2015) Venäläistaustaisten perheiden peruspalvelukokemukset institutionaalisen luottamuksen näkökulmasta. *Janus* 23(4): 351–368.
- Heiskanen, Anu (2006) Teoksessa Kinnunen, Tiina ja Kivimäki, Ville (toim.) *Ihminen sodassa: suomalaisten kokemuksia talvi- ja jatkosodasta*. Helsinki: Minerva.
- Heiskanen, Tarja (2011) 150 puhelinnumeroa, mutta ei ketään, kenelle soittaa. Teoksessa Heiskanen, Tarja ja Saaristo, Liisa (toim.) *Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot*. Jyväskylä: PS-kustannus. 77–95.
- Helliwell, John ja Putnam, Robert (2004) The social context of well-being. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences* 359(1449): 1435–1446.
- Hensley, Bob, Martin, Peter, Margrett, Jennifer, MacDonald, Maurice, Siegler, Ilene, Poon, Poon ja The Georgia Centenarian Study 1 (2012) Life events and personality predicting loneliness among centenarians: Findings from the Georgia Centenarian Study. *The Journal of Psychology* 146 (1-2): 173–88.
- Hepworth, Mike (1998) Ageing and emotions. Teoksessa Williams, Simon J. and Bendelow, Gillian (toim.) *Emotions in social life: critical themes and contemporary issues*. London: Routledge. 173–189.
- Heravi-Karimooi, Majideh, Monireh Anoosheh, Mahshid Foroughan, Mohammad Taghi Sheykhi ja Ebrahim Hajizadeh (2010) Understanding loneliness in the lived experiences of Iranian elders. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 24(2): 274–80.
- Hirsjärvi, Sirkka ja Hurme, Helena (2008) *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hockey, Jennifer ja James, Allison (1993) *Growing up and growing old: Ageing and dependency in the life course*. London: Sage.

- Holland, Janet, Henderson, Sheila ja Thomson, Rachel (2006) Making the long view: Perspectives on context from a qualitative longitudinal (QL) study. *Methodological Innovations Online* 1(2).
- Holland, Karen ja Hogg, Christine (2001) Cultural awareness in nursing and health care. An introductory text. Malta: Gutenberg Press Ltd.
- Holmén, Karin ja Furukawa, Hidetochi (2002) Loneliness, health and social network among elderly people—a follow-up study. *Archives of gerontology and geriatrics* 35(3): 261-274.
- Holmén, Karin, Ericsson, Kjerstin, Andersson, Lars ja Winblad, Bengt (1992) Loneliness among elderly people living in Stockholm: A population study. *Journal of Advanced Nursing* 17(1): 43–51.
- Holmila, Marja (2001) Kylä kaupungistuvassa yhteiskunnassa. Yhteisöelämän muutos ja jatkuvuus. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Toimituksia 850. Helsinki: SKS.
- Honkasalo, Marja-Liisa (1988) Oireiden ongelma: sosiaalilääketieteellinen tutkimus oireista, niiden esiintymisestä ja merkityksistä kahta tutkimusmenetelmää käyttäen. *Kansanterveystieteen julkaisuja* 101. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Honkasalo, Marja-Liisa (2008) Reikä sydämessä: sairaus pohjoiskarjalaisessa maisemassa. Tampere: Vastapaino.
- Hurtig, Johanna ja Laitinen, Merja (2002) Varjojen jäljillä. Teoksessa Hurtig, Johanna ja Laitinen, Merja (toim.) *Pahan kosketus*. Jyväskylä: Ps-kustannus. 192–198.
- Huttunen, Jouko (2001) Isänä olemisen uudet suunnat. Jyväskylä: Ps-kustannus.
- Huttunen, Laura (2002) Kotona, maanpaossa, matkalla. Kodin merkitykset maahanmuuttajien omaelämäkerroissa. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Toimituksia 861. Helsinki: SKS.
- Huttunen, Laura (2014) Tiheä kontekstointi: haastattelu osana etnografista tutkimusta. Teoksessa Ruusuvoori, Johanna, Nikander, Pirjo ja Hyvärinen, Matti (toim.) *Haastattelun analyysi*. Tampere: Vastapaino. 39–63
- Hänninen, Vilma (1999) Sisäinen tarina, elämä ja muutos. *Acta Universitatis Tamperensis* 696. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Ingström, Pia (2015) Tunteilla on tilansa. Kirjoituksia kodeista. Helsinki: Schildts ja Söderströms.
- Jahoda, Marie, Lazarsfeld, Felix ja Zeisel, Hans (2002) *Marienthal. The sociology of an unemployed community*. London: Transaction Publishers. Saksankielinen alkuperäisteos julkaistu 1933.
- Jahoda, Marie (1988) Time. A social psychological perspective. Teoksessa Young, Michael ja Schuller, Tom (toim.) *The rhythms of society*. London: Routledge. 53–94.
- Jallinoja, Riitta (2008) Family Togetherness and Family Together. Teoksessa Widmer, Erik ja Jallinoja, Riitta (toim.) *Beyond the nuclear family. Families in a configurational perspective*. Bern: Peter Lang.
- Jallinoja, Riitta (toim.) (2009a) *Vieras perheessä*. Helsinki: Gaudeamus.

- Jallinoja, Riitta (2009b) Vieras perheessä: suhteen hahmotus. Teoksessa Jallinoja, Riitta (toim.) Vieras perheessä. Helsinki: Gaudeamus. 11–31.
- Jäppinen, Maija (2015) Väkivaltatyön käytännöt, sukupuoli ja toimijuus: Etnografinen tutkimus lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden naisten auttamistyöstä Venäjällä. Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisuja 2015:3. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Järventie, Irmeli (1993) Selviytyä hengiltä: sosiaalipsykologinen ja sosiaalipsykiatrinen näkökulma itsemurhiin. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Tutkimuksia 34. Helsinki: Stakes.
- Järvinen-Tassopoulos, Johanna (2007) Suomalaisena naisena Kreikassa. Arki, muukalaisuus ja nykyisyys ranskalaisen sosiologian näkökulmasta. SoPhi 106. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Johannisson, Karin (2001) Nostalgia: en känslas historia. Stockholm: Bonnier
- Johannisson, Karin (2012) Melankolian huoneet. Jyväskylä: Atena.
- Johnson, Paul ja Mullins Larry (1987) Growing old and lonely in different societies: Toward a comparative perspective." *Journal of Cross-Cultural Gerontology* 2(3): 257-275.
- Johnson, Julia, Rolph, Sheena ja Smith, Randall (2007) Revisiting "the last refuge": present day methodological challenges. Teoksessa Bernard, Miriam ja Scharf, Thomas (toim.) Critical perspectives on ageing societies. UK: The Policy Press. 89–103.
- Jokinen, Eeva (1996) Väsynyt äiti. Äitiyden omaelämäkerrallisia esityksiä. Helsinki: Gaudeamus.
- Jokinen, Eeva (2005a) Aikuisten arki. Helsinki: Gaudeamus.
- Jokinen, Kimmo (toim.) (2005b) Yksinäisten sanat. Kirjoituksia omasta tilasta, erillisyydestä ja yksinolosta. Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 84. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Jokiranta, Harri (2003) Se on miehen elämää. Maaseudulla asuvia miehiä elämänsä kertomassa. *Acta Universitatis Tamperensis* 966. Tampere: Tampere University Press.
- Jones, Warren, Carpenter, Bruce ja Quintana, Diana (1985) Personality and interpersonal predictors of loneliness in two cultures. *Journal of Personality and Social Psychology* 48(6): 1503–11.
- Jong Gierveld, Jenny de (1998) A review of loneliness: concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology* 8(1): 73–80.
- Jong Gierveld, Jenny de (2003) Social networks and social well-being of older men and women living alone. Teoksessa Arber, Sara, Davidson, Kate, Ginn, Jay (toim.) *Gender and Ageing: Changing Roles and Relationships*. Maidenhead: McGraw-Hill Education. 95–111.
- Jong Gierveld, Jenny de ja Kamphuls, Henry (1985) The development of a Rasch-Type Loneliness Scale. *Applied Psychological Measurement* 9(3): 289–99.
- Jong Gierveld, Jenny de ja Theo Van Tilburg (2006) A 6-Item scale for overall, emotional, and social loneliness confirmatory tests on survey data. *Research on Aging* 28(5): 582–598.

- Julkunen, Raija (2003) Kuusikymmentä ja työssä. Jyväskylä: SoPhi.
- Julkunen, Raija (2013) Suuria roskia vai tyytyväisiä miehiä? Eläkkeelle jääminen miehen elämän murroskohtana. Teoksessa Ojala, Hanna ja Pietilä, Ilkka (toim.) Miehistä puhetta. Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press. 58–88.
- Jylhä, Marja (1990) Vanheneminen, toiminta ja vuorovaikutus. Teoksessa Pohjolainen, Pertti ja Jylhä, Marja (toim.) Vanheneminen ja elämänkulku. Helsinki: Weilin+Göös. 106–134.
- Jylhä, Marja (1993) Vanhuusikä muutoksessa : kohorttitutkimus eläkeikäisten tamperelaisten terveydestä ja elämäntilanteesta vuosina 1979 ja 1989. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 1993: 6. Helsinki: STM.
- Jylhä, Marja (2004) Old age and loneliness: cross-sectional and longitudinal analyses in the Tampere Longitudinal Study on Aging. Canadian journal of ageing 23(2): 157–168.
- Jylhä, Marja ja Jokela, Jukka (1990) Individual experiences as cultural – a cross-cultural study on loneliness among the elderly. Ageing & Society 10(3): 295–315.
- Jylhä, Marja ja Saarenheimo, Marja (2010) Loneliness and aging: Comparative perspectives. Teoksessa Phillipson, Chris ja Dannefer, Dale (toim.) The SAGE handbook of social gerontology. Thousand Oaks: Sage. 317–238.
- Jyrkämä, Jyrki (1995) "Rauhaisesti alas illan lepoon"? : tutkimus vanhenemisen sosiaalisuudesta neljässä paikallisyhteisössä. Acta Universitatis Tamperensis. Ser. A, vol. 449. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Jyrkämä, Jyrki (2001) Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa Sankari, Anne ja Jyrkämä, Jyrki (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino. 267–323.
- Jyrkämä, Jyrki (2013) Kolmas ikä, sukupuoli ja toijuus. Teoksessa Ojala, Hanna ja Pietilä, Ilkka (toim.) Miehistä puhetta. Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press. 89–114.
- Jäppinen, Maija (2015) Väkivaltatyön käytännöt, sukupuoli ja toimijuus. Etnografinen tutkimus lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden naisten auttamistyöstä Venäjällä. Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisuja 2015:3. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Kahn, Robert ja Antonucci, Toni (1980) Convoys over the life course: Attachment, roles, and social Support. Life-Span Development and Behavior vol. 3. 253–286.
- Kamiya, Yumiko, Doyle, Martha, Henretta, John ja Timonen, Virpi (2013) Early-life circumstances and later-life loneliness in Ireland. The Gerontologist 54(5): 773–783.
- Kangasniemi, Jukka (2005) Mitä on yksinäisyys? Teoksessa Jokinen, Kimmo (toim.) Yksinäisten sanat. Kirjoituksia omasta tilasta, erillisyydestä ja yksinolosta. Nykyculttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 84. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. 227–307.
- Karisto, Antti (2008) Satumaa. Suomalaiseläkeläiset Espanjan Aurinkorannikolla. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Toimituksia 1190. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

- Karisto, Antti (2012a) Yksi piano vai kymmenen lehmää? Kirjoituksia arjen ilmiöistä. Helsinki: Gaudeamus.
- Karisto, Antti (2012b) Sukupolvien yhteydet. Teoksessa Helne, Tuula ja Silvasti, Tiina (toim.) Yhteyksien kirja. Helsinki: Kelan tutkimusosasto. 222–234.
- Karisto, Antti ja Konttinen, Riikka (2004) Kotiruokaa, kotikatua, kaukomatkailua. Tutkimus ikääntyvien elämäntyyleistä. Helsinki: Palmenia-kustannus.
- Karisto, Antti ja Seppälä, Ulla-Maija (2004) Maukas gradu. Valmistusvihjeitä tutkielman tekijöille. Tampere: Vastapaino.
- Karisto, Antti, Koskimäki, Tiina ja Seppänen, Marjaana (2013) Sosiaaliset suhteet. Teoksessa Haapola, Ilkka, Karisto, Antti ja Fogelholm, Mikael (toim.) Vanhuusikä muutoksessa. Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimuksen tuloksia 2002–2012. Päijät-Hämeen Sosiaali- ja terveystyhtymän julkaisuja 72. 41–50.
- Karlsson Ghazanfareeon, Sofie (2006) Tillsammans men var för sig: Om sårboenderelationer mellan äldre kvinnor och män i Sverige. Studier i socialt arbete vid Umeå universitet: avhandlings- och skriftserie 47. Umeå: Umeå Universitet.
- Karlsson Ghazanfareeon, Sofie ja Borell, Klas (2002) Intimacy and Autonomy, Gender and Ageing: Living Apart Together. Ageing International 27(4): 11–26.
- Kauko, Outi (2015) Yksinäisyys alaikäisten turvapaikanhakijoiden valottamana. Yhteiskuntapolitiikka 80(1): 35–45.
- Kauppinen, Timo, Martelin, Tuija, Hannikainen-Ingman, Katri ja Virtala, Esa (2014) Yksin asuvien hyvinvointi-Mitä tällä hetkellä tiedetään? Terveiden ja hyvinvoinninlaitos (THL), työpaperi: 2014_027.
- Kekoni, Taru (2007) Kannabiksen käyttö, yhteiskunnallinen reagointi ja siihen vastaaminen: kannabisaktivistien näkökulma. Acta Universitatis Tamperensis 1281. Tampere: Tampere University Press.
- Ketokivi, Kaisa (2014) Sidoksen kysymys sosiologisessa ajattelussa ja läheissuhteiden tutkimuksessa. Sosiologia 51(2): 139–154.
- Kimmel, Douglas (1974) Adulthood and ageing. New York: Wiley.
- King, Valerie ja Elder, Glen Jr. (1997) The Legacy of grandparenting: childhood experiences with grandparents and current involvement with grandchildren. Journal of Marriage and the Family 59(4): 848–859.
- Kirkevold, Marit, Moyle, Wendy, Wilkinson, Charlotte, Meyer, Julianne ja Hauge Solveig (2013) Facing the challenge of adapting to a life “alone” in old age: The influence of losses. Journal of Advanced Nursing 69(2): 394–403.
- Kirsi, Tapio (2004) Rakasta, kärsi ja kirjoita. Tutkimus dementoitunutta puoli-soaan hoitaneiden naisten ja miesten hoitokokemuksesta. Acta Universitatis Tamperensis 1051. Tampere: Tampere University Press.
- Kivimäki, Ville (2006) Sodan kokemushistoria. Uusi saksalainen sotahistoria ja kokemushistorian sovellusmahdollisuudet Suomessa. Teoksessa Kinnunen, Tiina ja Kivimäki, Ville (toim.) Ihminen sodassa. Suomalaisten kokemuksia talvi- ja jatkosodasta. Jyväskylä: Minerva. 69–86.
- Knall, Gunilla ja Östlund, Britt (2009) People with dementia watch television! But why? Teoksessa Topo, Päivi ja Östlund, Britt (toim.) Dementia, design

- and technology. Time to get involved. Assistive technology research series, volume 24. Amsterdam: IOS Press. 29–44.
- Kohli, Martin (1991) Time for retirement: comparative studies of early exit from the labor force. Cambridge University Press.
- Koivisto, Petri (2011) Ulkomaalaislähiöt jäivät Lahdessa syntymättä. Etelä-Suomen Sanomat 1.10.2011.
- Koivisto, Ritva (2015) Monisukupolvinen arki. Isovanhempien kokemuksia elämästä lastensa ja lastenlastensa kanssa. Yhteiskuntapolitiikan pro gradu -tutkielma. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Koivunen, Hannele (1995) Madonna ja huora. Helsinki: Otava.
- Koivunen, Hannele (2001) Hälinä ja hiljaisuus. Teoksessa Karisto, Antti (toim.) Vanhuus kaupungissa. Juva: WSOY. 52–69.
- Kontula, Osmo (2014) Yhdessä vai erikseen: Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja erojen syistä. Väestöliiton perhebarometri 2013. Väestötutkimuslaitos katsauksia E47/2013. Helsinki: Väestöliitto.
- Kopomaa, Timo (2014) Vanhus ja hissi: havaintoja inhimillisen ja materiaalsen yhteydestä ikääntyvien kerrostaloasumiseen. Gerontologia 28(3): 156–167.
- Kopylova, Polina (2011) Yksinäisyys vieraassa maassa. Teoksessa Heiskanen, Tarja ja Saaristo, Liisa (toim.) Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Jyväskylä: Ps-kustannus.
- Korhonen, Merja (1999) Isyyden muutos. Keski-ikäisten miesten lapsuuskokemukset ja oma vanhemmuus. Yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja 39. Joensuu: Joensuun yliopisto.
- Korkiakangas, Pirjo (1996) Muistoista rakentuva lapsuus: agraarinen perintö lapsuuden työnteon ja leikkien muistelussa. Kansantieteellinen arkisto 42. Helsinki: Suomen muinaismuistoyhdistys.
- Koropeckyj-Cox, Tanya (1998) Loneliness and depression in middle and old age: Are the childless more vulnerable? The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences 53B(6): 303–312.
- Kortteinen, Matti (1982) Lähiö: tutkimus elämäntapojen muutoksesta. Helsinki: Otava.
- Koskimäki, Tiina (2010) Lesken elämänpiiri. Päijät-Hämeen ja Itä-Uudenmaan sosiaalialanosaamiskeskus Verson julkaisuja 1/2010.
- Koskimäki, Tiina (2013) Yhdessä vai erillään? Ikääntyvien LAT-suhteet ja kokemus sosiaalisen tuen saamisesta. Konferenssiesitys VIII Gerontologian päivillä Helsingissä 6.6.2013.
- Koskimäki, Tiina (2016) Yhdessä erillään? Ikääntyvien LAT-suhteet. Gerontologia 30(3). Tulossa.
- Kramer, Sophia, Kapteyn, Theo, Kuik, Dirk ja Deeg, Dorly (2002) The association of hearing impairment and chronic diseases with psychosocial health status in older age. Journal of Aging and Health 14(1): 122–137.
- Krause, Neal (1993) Early parental loss and personal control in later life. Journal of Gerontology 48(3): 117–126.
- Krause, Neal (1998) Early parental loss, recent life events, and changes in health among older adults. Journal of Aging Health 10(4): 395–421.

- Kusenbach, Margarethe (2003) Street phenomenology the go-along as ethnographic research tool. *Ethnography* 4(3): 455–485.
- Kuula, Arja (2006) Tutkimusetiikka: aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Laakso, Hilkka (2000) Äidin suru alle seitsenvuotiaan lapsen kuoleman jälkeen. *Acta Universitatis Tamperensis* 724. Tampere: Tampere University Press.
- Lähteenmaa, Jaana (2000) Myöhäismoderni nuorisokulttuuri. Tulkintoja ryhmistä ja ryhmiin kuulumisten ulottuvuuksista. Nuoristutkimusseura, Julkaisuja 14. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.
- Laitinen, Merja (2004) Häväistyt ruumiit, rikotut mielet: tutkimus lapsina läheissuhteissa seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten ja miesten elämästä. Tampere: Vastapaino.
- Laitinen, Merja (2009) Tabuilla merkitty mieheys ja elämänkulku. Teoksessa Merja Laitinen ja Anneli Pohjola (toim.) *Tabujen kahleet*. Tampere: Vastapaino. 226–246.
- Laitinen, Merja ja Uusitalo, Tuula (2007) Sensitiivisen haastattelututkimuksen eettiset haasteet. *Janus* 15(4): 316–332.
- Layder, Derek (1993) *New strategies in social research: An introduction and guide*. Polity Press.
- Layder, Derek (1998) *Sociological practice: Linking theory and social research*. London: Sage.
- Lefebvre, Henri (1991) *The production of space*. Blackwell: Oxford.
- Lehtinen, Torsti (2011) Yksinäisyyden hurma ja hinta. Teoksessa Heiskanen, Tarja ja Saaristo, Liisa (toim.) *Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot*. Jyväskylä: PS-kustannus. 111–120.
- Liebkind, Karmela, Mannila, Simo, Jasinskaja-Lahti, Inga, Jaakkola, Magdalena, Kyntäjä, Eve, ja Reuter, Anni (2004) Venäläinen, virolainen, suomalainen: kolmen maahanmuuttajaryhmän kotoutuminen Suomeen. Helsinki: Gaudeamus.
- Lindqvist, Martti (1992) Auttajan varjo: pahuuden ja haavoittuvuuden ongelma ihmistyön etiikassa. Helsinki: Otava.
- Litwin, Howard (2001) Social network type and morale in old age. *The Gerontologist* 41(4): 516–24.
- Lopata, Helena Znaniecki (1969) Loneliness: forms and components. *Social Problems* 17: 248–262.
- Lumme-Sandt, Kirsi ja Lyyra, Tiina Mari (2013) Ikääntyvän miehen muuttuva rooli perheessä. Teoksessa Ojala, Hanna ja Pietilä, Ilkka (toim.) *Miehistä puhetta. Miehet ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit*. Tampere: Tampere University Press. 252–273.
- Lumme-Sandt, Kirsi ja Pietilä, Ilkka (2014) Isoisyys. Teoksessa Eerola, Petteri ja Mykkänen, Johanna (toim.) *Isän kokemus*. Helsinki: Gaudeamus. 143–158.
- Luo, Ye, Hawkey, Louise, Waite, Linda ja Cacioppo, John (2012) Loneliness, health, and mortality in old age: A national longitudinal study. *Social science & medicine* 74(6): 907–914.

- Lämsä, Riikka (2013) Potilaskertomus-Etnografia potiluudesta sairaalaosaston käytännöissä. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuksia 99. Helsinki: THL.
- Malmberg, Ilkka (2001) Kulkuri, joka löysi levon. Helsingin Sanomien Kuukausliite.
- Mannila, Olavi (1969) Karjalainen suurperhe ja sen hajoaminen Salmin kihlakunnassa. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Marangoni, Carol ja Ickes, William (1989) Loneliness: A theoretical review with implications for measurement. *Journal of Social and Personal Relationships* 6(1): 93–128.
- Marin, Marjatta (2001) Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa Sankari, Anne ja Jyrkämä, Jyrki (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino. 17–48.
- Marin, Marjatta (2008) Perheet, sukupolvet ja sosiaaliset verkostot. Teoksessa Heinonen, Eino ja Rantala, Taina (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 64–75.
- Marshall, Judi (1986) Exploring the experiences of women managers: towards rigour in qualitative method. Teoksessa Wilkinson, Sue (toim.) Feminist social psychology: Developing theory and practice. Milton Keynes: Open University Press. 193–209.
- Martela, Frank (2015) Valonöörit. Sisäisen motivation kirja. Helsinki: Gummerus.
- Masi, Christopher, Chen, Hsi-Yan, Hawkey, Louise ja Cacioppo, John (2010) A meta-analysis of interventions to reduce loneliness. *Personality and Social Psychology Review* 15(3): 219–266.
- Mason, Jennifer (2004) Personal narratives, relational selves: Residential histories in the living and telling. *The Sociological Review* 52(2): 162–179.
- Matthews, Ralph ja Martin Matthews, Anne (1986) Infertility and involuntary childlessness: The transition to nonparenthood. *Journal of Marriage and Family* 48(3): 641–649.
- McInnis, Gloria ja White, Jane (2001) A phenomenological exploration of loneliness in the older Adult. *Archives of Psychiatric Nursing* 15(3): 128–39.
- McLeod Julie (2003) Why we interview now – reflexivity and perspective in a longitudinal study. *International journal of social research methodology*, 6(3): 201–211.
- McLeod, Julie ja Thomson, Rachel (2009) Researching social change: Qualitative approaches. London: Sage.
- Mead, George (1934) *Mind. Self and Society*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Melkas, Tuula ja Jylhä, Marja (1997) Iäkkäiden sosiaaliset verkostot ja elämälaatu. *Hyvinvointikatsaus* 2: 6–13.
- Miettinen, Anneli ja Rotkirch, Anna (2012) Yhteistä aikaa etsimässä: lapsiperheiden ajankäyttö 2000-luvulla. *Perhebarometri 2011*. Väestöntutkimuslaitos katsauksia E42/2012. Helsinki: Väestöliitto.

- Mikkola, Henna (2005) Yksinäisyyden verho ympärillä ihmisten ohi kuljen – yksinäisyyskertomukset Sukupolveni unta -kirjoituskilpailuaineistossa. Teoksessa Jokinen, Kimmo (toim.) Yksinäisten sanat. Kirjoituksia omasta tilasta, erillisyydestä ja yksinolosta. Nykylukulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 84. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. 129–187.
- Mikkola, Tuula (2009) Sinusta kiinni : Tutkimus puolisoahoivan arjen toimijuuksista. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A, Tutkimuksia 21. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Miller, Jody ja Glassner, Barry (2005) The ‘inside’ and the ‘outside’: finding realities in interviews. Teoksessa Silverman, David (toim.) Qualitative research. London: Sage. 99–112.
- Moilanen, Olavi (1987) Elämän puhuteltavana. Tutkimus ahdistuksen käsitte-lystä herännäisyyden alkuvaiheissa ja tämän vuosisadan kaisuissa. Therapeia-säätiön julkaisusarja 2. Helsinki: Therapeia-säätiö.
- Mönkkönen, Kaarina (2007) Vuorovaikutus: dialoginen asiakastyö. Helsinki: Edita.
- Moren, Riitta (2005) Suru ja sen merkitys. Teoksessa Lapseni on kuollut – Jäi jälkeen kaippu, jäi sanaton suru. Sylva ry: n julkaisu 31. Helsinki: Sylva ry.
- Moustakas, Clark (1974) Individuality and encounter. Cambridge, Massachutes: Howard A. Doyle Publishing Company.
- Musil, Robert (2006) Mies vailla ominaisuuksia. Suom. Kristiina Kivivuori. Helsinki: WSOY. Alkuperäisteos julkaistu 1930.
- Neale, Bren ja Flowerdew, Jennifer (2003) Time, Texture and Childhood: The Contours of Longitudinal Qualitative Research. International Journal of Social Research Methodology 6(3): 189.
- Nikander, Pirjo ja Kangas, Ilka (1999) Naiset ja ikääntyminen. Helsinki: Gaudeamus.
- Nikander, Pirjo ja Zechner, Minna (2006) Elämäkulun ääripäiden eettiset kysymykset. Yhteiskuntapolitiikka. Yhteiskuntapolitiikka 71(5): 515–526.
- Nikander, Pirjo (2013) Sukupuoli, muutos ja ikääntymistutkimuksen metodologiset haasteet. Teoksessa Ojala, Hanna ja Pietilä, Ilka (toim.) Miehistä puhetta. Miehet ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press. 38–57.
- Nikander, Pirjo (2015) Laadullinen pitkittäistutkimus ja terveys. Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti 51(4): 243–252.
- Nock, Steven (1998) Marriage in men's lives. New York: Oxford University Press.
- Nurminen, Eija (1992) Elämänmalli ja habitus: korkeastikoulutettujen elämäntavan muotoutuminen. Julkaisematon lisensiaatin tutkimus. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Ojala, Eija-Maarit ja Kontula, Osmo (2002) Tarvitseeko minua kukaan. Keski-ikäiset yksineläjät perhekeskeisessä yhteisössä. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D40/2002. Helsinki: Väestöliitto.
- Paajanen, Pirjo (2007) Mikä on minun perheeni. Suomalaisten käsityksiä perheestä vuosilta. Suomalaisten käsityksiä perheestä vuosilta 2007 ja 1997. Perhebarometri 2007. Väestöntutkimuslaitos katsauksia E30/2007. Helsinki: Väestöliitto.

- Pajunen (2008) Minäkö vanha? Minuus ja toiseus vanhuspuheessa. Julkaisematon sosiaalipolitiikan kandidaatin tutkielma. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Pajunen, Elisa (2009) Tunnetteko itsenne yksinäiseksi? Päijät-Hämeen ja Itä-Uudenmaan sosiaalialan osaamiskeskus Verson raportteja 1/2009.
- Pajunen, Elisa (2010) Pelin viemää. Iäkkäiden pelaajien kokemuksia haitallisesti rahapelien pelaamisesta ja siihen liittyvistä palvelutarpeista. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, Raportteja 11/2010. Helsinki: THL.
- Pajunen, Elisa (2011) Mitä on olla yksinäinen? Tutkimus päijäthämäläisten ikääntyvien yksinäisyydestä. Sosiaalipolitiikan pro gradu -tutkielma. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Palkeinen, Hanna (2005a) Yksinäisyys iäkkäiden ihmisten kirjoituksissa. Gerontologia 19(3): 111–120.
- Palkeinen, Hanna (2005b) ”Tässä on kaikki parasta, nyt kun mä elän yksin”: yksin olemisen hyvät puolet iäkkäiden naimattomien naisten puheessa. Naistutkimus 18(1): 30–41.
- Palomäki, Sirkka-liisa Palomäki (2004) Suhde vanhenemiseen: iäkkäät naiset elämänsä kertojina ja rakentajina. Studies in sport, physical education and health 94. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Pankarinkangas, Kirsi (2004) Rakkautta, kumppanuutta, hoivaa vai vaivaa? : leskien uudelleenavioituminen keski-ikässä ja vanhuudessa. Gerontologia 18(4): 266–273.
- Pankarinkangas, Kirsi (2007) Toistamiseen: ”Tahdon”. Leskien avioitumismotivit ja epäröinnin syyt. Gerontologia 21(1): 2–16.
- Parkkila, Marjatta, Välimäki, Maritta ja Routasalo, Pirkko (2000) Kuvaileva tutkimus pitkäaikaisessa laitoshoidossa olevan potilaan yksinäisyydestä. Hoitotiede 12(1): 26–35.
- Pasanen, Reino (2014) Työn sankarille vapaus voi olla ongelma. Savon Sanomat lokakuu 2014. Luettavissa osoitteessa: <http://www.suomenmaa.fi/?app=NeoDirect&com=6/3/2830/6efab2d591>.
- Pavalko, Eliza ja Willson, Andrea (2011) Life course approaches to health, illness and healing. Teoksessa Pescolido, Bernice, Martin, Jack, McLeod, Jane ja Rogers, Anne (toim.) Handbook of the sociology of health, illness, and healing. New York: Springer. 449–464.
- Peace, Sheila, Holland, Carolinen ja Kellaher, Leonie (2006) Environment and identity in later life. Growing older -series. Glasgow: Open University Press.
- Peace, Sheila, Holland, Caroline ja Kellaher, Leonie (2011) ”Option recognition” in later life: Variations in ageing in place. Ageing & Society 31 (5): 734–757.
- Pekkarinen, Elina (2010) Stadilaispojat, rikokset ja lastensuojelu. Viisi tapaus-tutkimusta kuudelta vuosikymmeneltä. Nuorisotutkimusverkoston julkaisu 102. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Pepper, Susan (1981) Problems in the quantification of frequency expressions. Teoksessa Fiske, Donald (toim.) New directions for methodology of social and behavior science: problems with language imprecision. San Fransisco: Josey-Bass. 25–41.

- Perlman, Daniel ja Fehr, Beverley (1987) The development of intimate relationships. Teoksessa Perlman, Daniel ja Duck, S (toim.) *Intimate relationships: Development, dynamics, and deterioration*. Thousand Oaks: Sage. 13–42
- Perlman, Daniel ja Peplau, Letitia Anne (1984) Loneliness research: A survey of empirical findings. Teoksessa Peplau, Letitia Anne ja Goldston, Stephen (toim.) *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness*. U.S. Government Printing Office. 13–46.
- Perry-Jenkins, Maureen, Repetti, Rena ja Crouter, Ann (2000) Work and family in the 1990s. *Journal of Marriage and Family* 62(4): 981–98.
- Perttula, Juha (1995) Kokemus psykologisena tutkimuskohteena: johdatus fenomenologiseen psykologiaan. SUFI-tutkimuksia 14. Tampere: Suomen fenomenologinen instituutti.
- Phillipson, Chris (1987) The transition to retirement. Teoksessa Cohen, Gaynor (toim.) *Social change and life course*. London: Tavistock Publications.
- Phillipson, Chris (2006) Ageing and globalization. Teoksessa Vincent, John, Phillipson, Chris ja Downs, Maureen (toim.) *The Futures of Old Age*. London: Sage. 201–207.
- Pinheira, Vitor, Senra, Margarida ja Saraiva, Horacio (2014) Sexuality in the elderly. Knowledge and attitudes of professional caregivers. Konferenssiesitys pohjoismaisilla gerontologian päivillä 28.5.2015.
- Pirhonen, Jari (2015). Tunnustaminen ja sen vastavuoroisuus vanhustyössä. *Gerontologia* 29(1): 25–34.
- Pirhonen, Jari, Tiilikainen, Elisa ja Lemivaara Marjut (2016) Yksinäisyys palvelutalossa asuvien iäkkäiden kokemana. Artikkelikäsikirjoitus 18.2.2016.
- Pohjola, Anneli (1991) Ajattomuudesta aikaan. *Sosiologia* 28(4): 250–258.
- Pohjola, Anneli (1994) Nuoren aikuisen elämänkulku toimeentuloa vaativien tilanteiden varjossa. *Acta Universitatis Lapponiensis* 5. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Pohjolainen, Pertti (1994) Seksuaalikäyttäytyminen vanhuudessa. Teoksessa Ronkainen, Suvi, Pertti Pohjolainen ja Ruth, Jan-Erik (toim.) *Erotiikka ja elämänkulku*. Helsinki: WSOY.
- Prieto-Flores, Maria-Eugenia, Fernandez-Mayoralas, Gloria, João Forjaz, Maria, Rojo-Perez, Fermina ja Martinez-Martin, Pablo (2011) Residential satisfaction, sense of belonging and loneliness among older adults living in the community and in care facilities. *Health & Place* 17(6): 1183–90.
- Pronk, Marieke (2011) Prospective effects of hearing status on loneliness and depression in older persons: Identification of subgroups. *International Journal of Audiology* 50(12): 887–896.
- Purhonen, Hoikkala ja Roos, J.P. (2008) Kenen sukupolveen kuulut? Suurten ikäluokkien tarina. Helsinki: Gaudeamus.
- Purhonen, Semi, Gronow, Jukka, Heikkilä, Riie, Kahma, Niina, Rahkonen Keijo ja Toikka, Arho (2014). *Suomalainen maku. Kulttuuripääoma, kulutus ja elämäntyylien sosiaalinen eriytyminen*. Helsinki: Gaudeamus.
- Putnam, Robert (1995) Bowling alone: America's declining social capital. *Journal of democracy* 6(1): 65–78.

- Putnam, Robert (2001) *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. New York: Simon and Schuster.
- Puuronen, Vesa (2011) *Rasistinen Suomi*. Helsinki: Gaudeamus.
- Raitakari, Sari (2010) *Lapsettoman ikääntyvän elämän tarkoituksellisuuden kokemus. Näkökulmana sosiaalinen pääoma. Sosiaalipolitiikan pro gradu -tutkimus*. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Rasinkangas, Jarkko (2013) *Sosiaalinen eriytyminen Turun kaupunkiseudulla. Tutkimus asumisen alueellisista muutoksista ja asumispreferensseistä. Siirtolaisuusinstituutin tutkimuksia A 43*. Turku: Turun yliopisto.
- Rastas, Anna (2010) *Haastatteluaineistojen monet tehtävät etnografisessa tutkimuksessa*. Teoksessa Ruusuvaara, Johanna ja Nikander, Pirjo ja Hyvärinen, Matti (toim.): *Haastattelun analyysi*. Tampere: Vastapaino. 64–89.
- Riesman, David (1973) *Esipuhe* teoksessa Weiss, Robert (1973) *Loneliness. The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, Massachusetts: The MIT Press. ix–xxii.
- Riesman, David, Glazer, Nathan ja Gittlin, Denney, Reuel (1950/1989) *The lonely crowd: A Study of the Changing American Character*. New Haven: Yale University Press.
- Roivainen, Irene (1999) *Sokeripala metsän keskellä: lähiö sanomalehden konstruktiona*. Helsingin kaupungin tietokeskuksen tutkimuksia 2. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus.
- Rokach, Ami (2004) *Loneliness then and now: Reflections on social and emotional alienation in everyday life*. *Current Psychology* 23(1): 24–40.
- Rokach, Ami (2007) *The effect of age and culture on the causes of loneliness*. *Social Behavior and Personality: an international journal* 35(2): 169–186.
- Ronkainen, Suvi (1989) *Nainen ja nainen – haastattelun rajat ja mahdollisuudet*. Teoksessa *Sosiaalipolitiikka. Sosiaalipoliittisen yhdistyksen julkaisu*. 65–91.
- Ronkainen, Suvi, Pehkonen, Leila, Lindblom-Ylänne, Sari ja Paavilainen, Elina (2011) *Tutkimuksen voimasanat*. Helsinki: WSOY.
- Ronkainen, Suvi, Pohjolainen, Pertti ja Ruth, Jan-Erik (1994) *Eroitiikka ja elämäntietä*. Porvoo: WSOY.
- Roos, J. P. ja Rotkirch, Anna (toim.) (1997) *Vanhemmat ja lapset: sukupolvien sosiologiaa*. Helsinki: Gaudeamus.
- Roos, J.P. (1987) *Suomalainen elämä. Tutkimus tavallisten ihmisten elämäntavoista*. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Toimituksia 454. Helsinki: SKS.
- Rosa, Hartmut ja Scheuerman, William (2009) *High-speed society: Social acceleration, power, and modernity*. Pennsylvania: Penn State Press.
- Rotkirch, Anna (2014) *Antavatko vanhemmat enemmän vai vähemmän aikaa lapsilleen? Väestöliiton blogi*. Luettavissa osoitteesta: <http://vaestoliiton-blogi.com/2014/02/10/antavatko-vanhemmat-enemman-vai-vahemman-aikaa-lapsilleen/>
- Rotkirch, Anna, Söderling, Ismo ja Fågel, Stina (2010) *Isovanhemmuuden merkitys korostuu*. Teoksessa Fågel, Stina ja Rotkirch, Anna ja Söderling, Ismo (toim.). *Farkkumummoja ja pehmoaareja – uusia ikkunoita isovanhemmukseen*. Helsinki: VL-Markkinointi Oy. 5–9.

- Routasalo, Pirkko ja Pitkälä, Kaisu (2003) Ikääntyvien yksinäisyys – miten sitä on tutkittu gerontologiassa? *Gerontologia* 17(1): 23–29.
- Routasalo, Pirkko, Pitkälä, Kaisu, Savikko, Niina ja Tilvis, Reijo (2005) Ikääntyneiden yksinäisyys, Kyselytutkimuksen tuloksia. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishankkeen tutkimusraportti 3. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Rubin, Simon Shimshon (1993) The death of a child is forever: The life course impact of child loss. Teoksessa Stroebe, Stroebe ja Hansson (toim.) *Handbook of bereavement: Theory, research, and intervention*. New York: Cambridge University Press. 285–299.
- Ruoppila Isto (2014) Elämäntutkimuksen teoria perhetutkimuksessa. Teoksessa Jallinoja Riitta, Hurme Helena ja Jokinen Kimmo (toim.) *Perhetutkimuksen suuntauksia*. Helsinki: Gaudeamus. 99–122.
- Russell, Dan, Peplau, Letitia Anne ja Ferguson, Mary Lund (1978) Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment* 42(3): 290–294.
- Russell, Daniel (1996) UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor Structure. *Journal of Personality Assessment* 66(1): 20–40.
- Russell, Daniel, Cutrona, Carolyn, De La Mora, Arlene ja Wallace, Robert (1997) Loneliness and nursing home admission among rural older adults. *Psychology and aging* 12(4): 574.
- Saarenheimo, Marja (1988) Elämäkertametodi kokemuksellisuuden tutkimisessa. *Gerontologia* 2(4): 261–272.
- Saarenheimo, Marja (1997) Jos etsit kadonnutta aikaa. Vanhuus ja oman elämän muisteleminen. Tampere: Vastapaino.
- Saarenheimo, Marja (2012) Muistamisen vimma. Tampere: Vastapaino.
- Saari, Juho (2010) Yksinäisten yhteiskunta. Helsinki: WSOY.
- Saarikangas, Kirsi (2002) Asunnon muodonmuutoksia: puhtauden estetiikka ja sukupuoli modernissa arkkitehtuurissa. Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran, Toimituksia 860. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Samter, Wendy (2003) Friendship interaction skills across the life-span. Teoksessa Greene, John ja Burleson, Brant Raney (toim.) *Handbook of communication and social interaction skills*. Psychology Press. 637–684
- Samuelsson, Gillis, Andersson, Lars ja Hagberg Bo (1998) Loneliness in relation to social, psychological and medical variables over a 13-year period: a study of the elderly in a Swedish rural district. *Journal of Mental Health and Aging* 4(3): 361–378.
- Sarvimäki, Anneli, Stenbock-Hult, Bettina ja Heimonen, Sirkkaliisa (2010) Ikääntyminen ja mielen haavoittuvuus – haavoittuvuus riskinä ja voimavarana. *Gerontologia* 24(2): 169–178.
- Savikko, Niina (2008) Loneliness of older people and elements of an intervention for its alleviation. *Annales Universitatis Turkuensis D* 808. Turku: Turun yliopisto.
- Savikko, Niina, Routasalo, Pirkko, Tilvis, Reijo, Strandberg, Timo ja Pitkälä, Kaisu (2005) Predictors and subjective causes of loneliness in an aged population. *Archives of Gerontology and Geriatrics* 41(3): 223–233.

- Scharf, Thomas, Phillipson, Chris ja Smith, Allison (2005) Social exclusion of older people in deprived urban communities of England. *European Journal of Ageing* 2(2): 76–87.
- Schnittker, Jason (2007) Look (closely) at all the lonely people. *Journal of Aging and Health* 19(4): 659–682.
- Schutz, Alfred (1967) *The phenomenology of the social world*. London: Heinemann Educational Books.
- Scott, Jacqueline ja Alwin, Duane (1998) Retrospective versus prospective measurement of life histories in longitudinal research. Teoksessa Giele, Janet ja Elder, Glen (toim.) *Methods of life course research: Qualitative and quantitative approaches*. Thousand Oaks: Sage. 98–127.
- Segrin, Chris, Alvarez, Natalie, Arroyo, Analisa ja Harwood, Jake (2013) Family of origin environment and adolescent bullying predict young adult loneliness. Teoksessa Rokach, Ami (toim.) *Loneliness updated: Recent research on loneliness and how it affects our lives*. New York: Routledge. 122–137.
- Seitsamo, Jorma (2007) Retirement transition and well-being: a 16-year longitudinal study. *People and work research reports* 76. Helsinki: Finnish Institute of Occupational Health.
- Seppälä, Juha (2015) *Matka aurinkoon*. Helsinki: WSOY.
- Seppänen, Marjaana (2001) *Liipolan Onni. Asuinalueen sosiaalinen erilaistuminen ja merkitys asukkaille*. Helsingin yliopiston tutkimus- ja koulutuskeskus Palmenia, Tutkimuksia 6. Helsinki: Palmenia.
- Seppänen, Marjaana, Haapola, Ilkka, Puolakka, Kalle ja Tiilikainen, Elisa (2012) Takaisin Liipolaan – Lähiö fyysisenä ja sosiaalisena asuinympäristönä. Ympäristöministeriön raportteja 14/74. Helsinki: YM.
- Settersten, Richard (2003) *Invitation to the life course: Toward new understandings of later life*. New York: Baywood Publishing Company. 15–44.
- Settersten, Richard ja Hagestad, Gunhild (1996) What's the latest? II. Cultural age deadlines for educational and work transitions. *The Gerontologist* 36(5): 602–13.
- Shanahan, Michael, Elder, Glen Jr. ja Miech, Richard (1997) History and agency in men's Lives: Pathways to achievement in cohort perspective. *Sociology of Education* 70(1): 54–67.
- Silvasti, Tiina (2001) Talonpojan elämä. *Tutkimus elämäntapaa jäsentävistä kulttuurisista malleista*. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Toimituksia 835. Helsinki: SKS.
- Silverstein Merril, Giarrusso Roseann ja Bengtson Vern (1998) Intergenerational solidarity and the grandparent role. Teoksessa Szinovacz Maximilliane (toim.) *Handbook on grandparenthood*. Westport, CT: Greenwood Press. 144–158.
- Skucha, Julie ja Bernard, Miriam (2000) Women's work and the transition to retirement. Teoksessa Bernard, Miriam, Phillips, Judith, Machin, Linda ja Harding Davies, Val (toim.) *Women Ageing*. London & New York: Routledge. 23–39.
- Smith, Dorothy (1987) *The everyday world as problematic: A feminist sociology*. Toronto: University of Toronto Press.

- Sorensen, Penny ja Cooper, Neil (2010) Reshaping the family man: A grounded theory study of the meaning of grandfatherhood. *The Journal of Men's Studies* 18(2): 117–136.
- Spännäri, Jenni (2008) Rukous on perintöä suvusta sukuun: Ikääntyneet ja uskonto vuosituhannen vaihteen Suomessa. Käytännöllisen teologian laitoksen julkaisuja 113. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Stanley, Liz ja Wise, Sue (1993) *Breaking out again*. London: Routledge.
- Stanley, Mandy, Moyle, Wendy, Ballantyne, Alison, Jaworski, Katrina, Corlis, Megan, Oxlade, Deborah, Stoll, Andrew ja Young, Beverley (2010) Nowadays you don't even see your neighbours: Loneliness in the everyday lives of older Australians. *Health & Social Care in the Community* 18(4): 407–414.
- Sulamaa, Kaarle (2006) Himmetä ei muistot koskaan saa. Teoksessa Kinnunen Taina ja Kivimäki Ville (toim.) *Ihminen sodassa*. Jyväskylä: Gummerus.
- Suomen virallinen tilasto (SVT): Ajankäyttötutkimus [verkkojulkaisu]. ISSN=1799-5639. 06 2009, 4. Vanhemmat viettävät lastensa kanssa entistä vähemmän aikaa. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 6.7.2015].
- Suomen virallinen tilasto (SVT): Kuolemansyyt [verkkojulkaisu]. ISSN=1799-5051. 2010, 6. Lapsikuolleisuus 1936–2010. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 15.4.2015].
- Taimela, Sari (2005) Miten kirjoittaisin yksinäisyyteni. Teoksessa Kimmo Jokinen (toim.) *Yksinäisten sanat–Kirjoituksia omasta tilasta, erillisyydestä ja yksinolosta*. Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 84. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. 188–226.
- Tarrant, Anna (2012) Grandfathering: the construction of new identities and masculinities. Teoksessa Arber, Sara ja Timonen, Virpi (toim.) *Contemporary grandparenting: Changing family relationships in global contexts*. Bristol: Policy Press. 181–201.
- Tedre, Silva ja Pöllänen, Pirjo (1997) *Hoivan herkat alueet*. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Tedre, Silva ja Pulkkinen, Anneli (2011) Kulkeminen avaimena ikääntyvien maalla asumisen mahdollisuuksiin. *Yhteiskuntapolitiikka* 76(3): 300–308.
- Tenkanen, Raija (2007) Sosiaalityö ja kotona asuvien vanhusten ongelmat. Teoksessa: Seppänen, Marjaana ja Karisto, Antti ja Kröger, Teppo (toim.) *Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä*. Jyväskylä: PS-Kustannus. 181–192.
- Tiikkainen, Pirjo (2006) Vanhuusiän yksinäisyys: seuraututkimus emotionaalista ja sosiaalista yksinäisyyttä määrittävistä tekijöistä. *Studies in sport, physical education and health* 114. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Tiilikainen, Elisa (2016a) Yksinäisyys yksin elävien iäkkäiden kertomana. Teoksessa Väliniemi-Laursson, Jenni, Borg, Pekka ja Keskinen, Vesa (toim.) *Yksin kaupungissa*. Helsingin kaupungin tietokeskus. Tulossa.
- Tiilikainen, Elisa (2016b) Aikuisten yksinäisyys. Teoksessa Saari, Juho (toim.) *Suomalaisten yksinäisyys*. Helsinki: Gaudeamus. Tulossa.
- Tiilikainen, Elisa ja Karisto, Antti (2016) Yksinäisyys ja aika. Artikkelikäsikirjotus 3.2.2016.

- Tikkanen, Ulla (2016) Omaishoidon arki. Tutkimus hoivan sidoksista. Valtiotieteellisen tiedekunnan julkaisuja 2016:5. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Tornstam, Lars (1994) Gerotranscendence - a theoretical and empirical exploration. Teoksessa Thomas, Eugene, Thomas ja Eisenhandler, Susan (toim.) *Ageing and the religious dimension*. Westport: ABC-CLIO. 203-225.
- Tornstam, Lars (2005) *Gerotranscendence: A developmental theory of positive aging*. New York: Springer.
- Törrönen, Maritta (1999) *Lasten arki laitoksessa*. Helsinki: Helsinki University Press.
- Townsend, Peter (1962) *The last refuge: a survey of residential institutions and homes for the aged in England and Wales*. London: Routledge.
- Tuomaala, Ritva (2008) ”Kyllähän nyt pitäis olla jo semmoinen aika, että pääsis niin kö keskustelemhan näistä asioista.” Tutkimus lappilaisten sotavankien, partisaanien uhrien ja huutolaisten elämänkulusta, voimavaroista, terveydestä ja sairauksista. *Annales Universitatis Turkuensis C* 274. Turku: Turun yliopisto.
- Unruh, David (1980) The social organization of older people: A social world perspective. Teoksessa Denzin, Norman (toim.) *Studies in symbolic interaction. A research annual*, vol. 3. Greenwich: Jai Press. 147–170.
- Unruh, David (1983) *Invisible lives. Social worlds of the aged*. Beverly Hills: Sage.
- Uotila, Hanna (2011) Vanhuus ja yksinäisyys. Tutkimus iäkkäiden ihmisten yksinäisyyskokemuksista, niiden merkityksistä ja tulkinnoista. *Acta Universitatis Tamperensis* 1651. Tampere: Tampere University Press.
- Veroff, Joseph, Malcolm Douvan, Elizabeth ja Kulka, Richard (1981) *The inner american: A self-portrait from 1957 to 1976*. New York: Basic Books.
- Vesterinen, Ilmari (1999) Mitä kulttuuriantropologia on? Teoksessa Lönnqvist, Bo, Kiuru, Elina ja Uusitalo, Eeva (toim.) *Kulttuurin monet kasvot. Johdattua etnologiatieteisiin*. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Tietolipas 155. Helsinki: SKS. 82–141.
- Victor, Christina, Scambler, Sasha, Bowling, Ann ja Bond, Jon (2005) The prevalence of, and risk factors for, loneliness in later life: a survey of older people in Great Britain. *Ageing and Society* 25(06), 357–375.
- Victor, Christina, Scambler, Sasha ja Bond, John (2009) *The social world of older people: Understanding loneliness and social isolation in later life*. Maidenhead: Open University Press.
- Viljanen, Anne, Törmäkangas, Timo, Vestergaard, Sonja ja Andersen-Ranberg, Karen (2013) Dual sensory loss and social participation in older Europeans. *European Journal of Ageing* 11(2): 155–167.
- Vilkama, Katja (2011) Yhteinen kaupunki, eriytyvät kaupunginosat?: Kantaväestön ja maahanmuuttajataustaisten asukkaiden alueellinen eriytyminen ja muuttoliike pääkaupunkiseudulla. Helsingin kaupungin tietokeskus, Tutkimuksia 2011: 2. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus.
- Vilkko, Anni (1995) *Lukijaelämää*. Teoksessa Haavio-Mannila, Elina, Hoikkala, Tommi, Peltonen, Eeva ja Vilkko, Anni (toim.) *Kerro vain totuus. Elämäkertatutkimuksen omaelämäkerrallisuus*. Helsinki: Gaudeamus.

- Vilkko, Anni (1997) Omaelämäkerta kohtaamispaikkana: naisen elämän keronta ja luenta. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, Toimituksia 663. Helsinki: SKS.
- Vilkko, Anni, Finne-Soveri, Harriet ja Heinola, Reija (2010) Ikäihmisten palvelutarpeet ja saatu apu. Teoksessa Vaarama, Marja ja Moisio, Pasi ja Karvonen, Sakari (toim.) Suomalaisen hyvinvointi. Helsinki: THL. 44–59.
- Virkola, Elisa (2014) Toimijuutta, refleksiivisyyttä ja neuvotteluja: muistisairaus yksinasuvan naisen arjessa. Jyväskylä studies in education, psychology and social research 491. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Virokannas, Elina (2004) Normaalin rajan molemmilla puolilla. Tutkimus huumehoitoyksikön nuorten identiteettien rakentumisesta. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, Tutkimuksia 144. Helsinki: Stakes.
- Virtanen, Ira (2013) Ikä ja elämänkulku miesten ystävyssuhteissa. Teoksessa Ojala, Hanna ja Pietilä, Ilkka (toim.) Miehistä puhetta: Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press. 227–251.
- Virtanen, Ira (2015) Supportive communication in Finnish men's friendships. Acta Universitatis Tamperensis 2019. Tampere: Tampere University Press.
- Voutilainen Päivi, Manninen Milla ja Vaarama Marja (2003) Finland. Teoksessa Patel, Naina (toim.) Minority elderly care in Europe: country profiles: United Kingdom, France, Germany, Netherlands, Spain, Finland, Hungary, Bosnia-Herzegovina, Croatia, Switzerland. Policy Research Institute on Ageing and Ethnicity (PRIAE).
- Vuorinen, Leena (2009) Ikääntyminen maalaiskylässä. Päijät-Hämeen ja Itä-Uudenmaan sosiaalialan osaamiskeskus Verson julkaisuja 3/2009.
- Wahl, Hans ja Lang, Frieder (2003) Aging in context across the adult life course: Integrating physical and social environmental research perspectives. Teoksessa Wahl, Hans-Werner, Scheidt, Rick ja Windley, Paul (toim.) Annual review of gerontology and geriatrics vol. 23. Aging in Context: Socio-Physical Environments. New York: Springer. 1-33.
- Waltari, Mika (1978) Ihmisen ääni. Nöyryys – intohimo. Toimittanut Ritva Haavikko. Helsinki: WSOY.
- Weckroth, Klaus (1991) X voi olla kuka tahansa. Helsinki: Hanki ja jää.
- Weckroth, Klaus (2006) Anteeksi, mina en ollut oma itseni. Yhteiskuntapolitiikka 71(2): 204–210.
- Weiss, Lawrence ja Lowenthal, Marjorie Fiske (1975) Life-course perspectives on friendship. Teoksessa Lowenthal, Marjorie Fiske, Thurnher, Majda ja Chiriboga, David Anthony (toim.) Four stages of life. San Fransisco: Jossey-Bass. 48–61.
- Weiss, Robert (1973) Loneliness: the experience of emotional and social isolation. Cambridge, Massachusetts: The MIT Press.
- Wenger, Clare ja Burholt, Vanessa (2004) Changes in levels of social isolation and loneliness among older people in a rural area: A twenty-year longitudinal study. Canadian Journal on Aging/La Revue Canadienne Du Vieillessement 23(2): 115.

- Wenger, Clare, Davies, Richard, Shahtahmasebi, Said ja Scott, Anne (1996) Social isolation and loneliness in old age: Review and model refinement. *Ageing & Society* 16(3): 333–58.
- Westerlund, Hugo, Kivimäki, Mika, Singh-Manoux, Archana, Melchior, Maria, Ferrie, Jane, Pentti, Jaana ja Vahtera, Jussi (2009) Self-rated health before and after retirement in France (GAZEL): a cohort study. *The Lancet*, 374(9705): 1889–1896.
- Wiborg, Agnete (2004) Place, nature and migration: Students' attachment to their rural home places. *Sociologia Ruralis* 44(4): 416–432.
- Williams, Fiona (2004) Care, values and support in local self help groups. *Social Policy and Society* 3(4): 431–438.
- Wrede-Jääntti, Mathilda (2010) Pengarna eller livet. En kvalitativ och longitudinell studie om långtidsarbetslösa unga i ett aktörsperspektiv. *Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen tutkimuksia* 31/2010. Helsinki: THL.
- Ylijoki, Oili-Helena (2014) Toiminnan aika. Teoksessa Kuusela, Pekka ja Saastamoinen, Mikko (toim.) *Hyvän elämän sosiaalipsykologia*. Kuopio: UNIpress. 37–53.
- Ylä-Outinen, Tuulikki (2012) Ikäihmisten arki. Kotona asuvien ja palvelutaloon muuttaneiden ikäihmisten kertomuksia jokapäiväisestä elämästä. *Dissertations in Social Sciences and Business Studies* 48. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.
- Young, Jeffrey (1982) Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application. Teoksessa Peplau, Letitia Anne (toim.) *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. New York: John Wiley & Sons. 379–406.
- Zechner, Minna ja Sointu, Liina (2009) ”Kyllä kaks huonoo on paljon rattosampi” Yksin asuvien vanhojen ihmisten sosiaaliset suhteet ja hoiva Suomessa ja Italiassa. *Gerontologia* 23(4): 189–199.
- Zechner, Minna, Lumme-Sandt Kirsi ja Lyyra, Tiina (2009) Vanhusperheen vieraat. Teoksessa Jallinoja, Riitta (toim.) *Vieras perheessä*. Helsinki: Gaudeamus. SIVUT
- Zhang, Zhenmei ja Hayward, Mark (2001) Childlessness and the psychological well-being of older persons. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 56(5): 311–20.
- Öberg, Peter ja Biltgård, Torbjörn (2014) Sexual activity and norms among older Swedes – a life course perspective. Konferenssiesitys pohjoismaisilla gerontologian päivillä Göteborgissa 28.5.2014.

Liite 1: Ensimmäinen kutsu osallistua tutkimukseen

HYVÄ IKIHYVÄ-TUTKIMUKSEEN OSALLISTUNUT

Teen Ikihyvä Päijät-Häme -hankkeeseen liittyvää maisteritutkinnon opinnäytetutkimusta Helsingin yliopistolle. Aiheenani on yksinäisyys ja sen yksilölliset merkitykset. Haluaisin tavata teidät henkilökohtaisesti ja keskustella kanssanne näistä teemoista: Mitä yksinäisyys teille merkitsee? Millaisia ovat yksinäiset hetket ja toisaalta hetket, jolloin olo ei ole yksinäinen? Millaisia tunteita yksinäisyys teissä herättää? Haastattelu on vapaamuotoinen ja keskusteleva, ja keskitymme siinä omakohtaisiin näkemyksiin ja kokemuksiinne.

Haastattelut voidaan toteuttaa joko kotonanne tai jossakin muussa teille parhaiten soveltuvassa paikassa. Käytettävissä ovat myös Helsingin yliopiston koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenian tilat Lahdessa. Haastattelu nauhoitetaan luvallanne ja siihen on hyvä varata pari tuntia aikaa. Haastatteluaineisto säilytetään analyysin jälkeen Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmeniassa, eikä sitä luovuteta kenellekään ulkopuoliselle.

Haastattelusta saatuja tietoja yhdistellään aiemmin antamiinne Ikihyvä Päijät-Häme-tutkimuksessa kyselylomakkein kerättyihin tietoihin. Tietoja käsitellään siten, ettei haastatteluun osallistuneita ole mahdollista tunnistaa, eikä heidän henkilöllisyytensä paljastu missään tutkimuksen vaiheessa. Haastatteluaineiston käsittelemiseen ja säilyttämiseen liittyvistä tietosuojaa-asioista on olemassa tieteellisen tutkimuksen rekisteriseloste, joka on mahdollista saada nähtäväksi.

Mikäli suostutte olemaan tutkimuksessa mukana, pyydän teitä ystävällisesti täyttämään ohessa olevan suostumuslomakkeen. Postittakaa lomake palautuskuoressa noin viikon kuluessa. Halutessanne voitte myös ilmoittaa suostumuksenne suoraan minulle tai yhteyshenkilölle puhelimitse tai sähköpostin välityksellä. Tämän jälkeen otan teihin yhteyttä sopiaksemme haastatteluajankohdasta. Tutkimukseen osallistuminen on tietenkin vapaaehtoista ja teillä on oikeus vetäytyä tutkimuksesta milloin tahansa syytä ilmoittamatta.

Osallistumalla tutkimukseen ja jakamalla kokemuksianne annatte arvokasta tietoa yksinäisyydestä ja sen yksilöllisistä merkityksistä, josta tiedetään aivan liian vähän.

Ystävällisin terveisin ja avustanne etukäteen kiittäen,

Tutkija:
Elisa Pajunen, VTK, opiskelija
Yhteystiedot

Yhteyshenkilö:
Raisa Valve, FT, kehittämisspäälikkö
Yhteystiedot

Liite 2: Ensimmäisen haastattelukerran suostumuslomake

SUOSTUMUS

Väitöstutkimuksen nimi: Yksinäisyys ikääntyvän arjessa

Olen lukenut tutkijalta saamani tiedotteen tutkimuksen tarkoituksesta ja toteutuksesta. Minulla on ollut mahdollisuus keskustella tutkijan kanssa tutkimukseen liittyvistä yksityiskohdista. Minulle on selvitetty, että tutkimushaastatteluun liittyviä tiedot kerätään, käsitellään ja säilytetään tiedotteessa kuvatulla tavalla: täysin luottamuksellisesti ja suojattuna ja niitä voivat käyttää vain tutkimustyöhön osallistuvat henkilöt.

Annan luvan yhdistää haastattelutietoja aiemmin antamiini Ikihyvä Päijät-Häme-tutkimuksessa kyselylomakkein kerättyihin tietoihin. Tutkimustuloksia esiteltäessä ja julkaistaessa henkilöllisyyteni ei tule missään vaiheessa ilmi.

Osallistumiseni tutkimukseen on vapaaehtoista ja voin halutessani milloin tahansa ja syytä ilmoittamatta keskeyttää tutkimuksen ja perua tämän suostumukseni osallistua tutkimukseen. Mikäli keskeytän tutkimuksen, minulla on mahdollisuus kieltää käyttämästä jo kerättyä haastatteluaineistoa tutkimustarkoituksessa.

Päiväys, haastateltavan allekirjoitus ja yhteystiedot

Liite 3: Haastattelurunko ensimmäiselle haastattelukierrokselle.

1) Aluksi hieman taustasta ja elämäntilanteesta..

Pyydä haastateltavaa kertomaan itsestään.

Muuttohistoria

Onko aina asunut täällä? Miten tänne on muutettu? Milloin muutto tapahtui ja miksi?

Perhe

Onko haastateltavalla sisaruksia? Ovatko he vielä elossa? Jos ovat, missä asuvatko he lähellä? Kuinka usein heihin ollaan yhteydessä?

Koulutus/ammattitausta

Mitä on aikoinaan tehnyt työkseen? Onko aina ollut samanlaisissa hommissa? Milloin jäi eläkkeelle?

2) Arjesta ja päivien kulusta

Pyydä haastateltavaa kuvaamaan päiväänsä.

Millaisia päivät ovat? Mitä tavalliseen päivään sisältyy?

Liikkuminen

Miten paljon liikkuu kodin ulkopuolella? Millä pääasiassa liikkuu? Rajoittavatko jotkin tekijät liikkumista kodin ulkopuolelle?

Mieluisia asioita

Mikä on mieluisinta tekemistä? Pystyykö tekemään sitä niin usein kuin toivoisi?

Onko asioita, joita haluaisi tehdä, mutta ei voi? Mitkä tekijät rajoittavat?

Yhteydenpito

Kenen kanssa jutellaan, ketä tavataan? Kuinka usein?

Käykö ystäviä tai sukulaisia kylässä? Vieraileeko itse toisten luona?

Onko puhelimella yhteydessä ihmisiin? Kuinka usein?

Kaipaisiko useammin toisten seuraa vai viihtyykö yksin? Kenen seuraa erityisesti kaipaisi?

Onko päiviä, jolloin ei ole kenenkään kanssa tekemisissä? Miltä sellaiset päivät tuntuvat?

3) Yksinäisyydestä

Mitä sanasta yksinäisyys tulee mieleen? Mitä se itselle merkitsee?

Liittyykö yksinäisyys johonkin tiettyyn asiaan tai tilanteeseen?

Milloin olo on erityisen yksinäinen? Osaako kertoa miksi?

Millaisia tunteita yksinäisyys aiheuttaa? Surua, vihaa, ahdistusta..?

Milloin olo ei ole yksinäinen? Millaisia tällaiset tilanteet ovat?

Kaipaako näitä asioita ja hetkiä?

Onko tuntenut itsensä yksinäiseksi vasta viime vuosina? Tuntuuko yksinäisyys erilaiselta kuin ennen?

Mistä yksinäisyys johtuu? Johtuiko se ennen erilaisista asioista? Onko suhtautuminen siihen muuttunut iän myötä?

Voimistuuko yksinäisyyden tunne esimerkiksi jouluna? Mitä joulunvietto merkitsee, miten joulu vietetään?

Lopuksi anna haastateltavalle mahdollisuus kertoa vielä vapaasti omista ajatuksistaan.

Liite 4: Toinen kutsu osallistua tutkimukseen

Hei Helmi,

tapasimme joulukuussa 2009 yksinäisyyttä käsittelevän tutkimukseni merkeissä. Keskustelimme tuolloin muun muassa elämänhistoriastasi, ympäröivistä ihmissuhteista ja arjen askareista. Tapaamisemme oli minulle tärkeä ja antoisa. Kuten viime kesänä kirjoitin, pro gradu -tutkielmani valmistui vuosi sitten toukokuussa. Se sai hyvän vastaanoton, ja nyt olen jatkanut opintojani Helsingin yliopistossa ja haaveenani on väitöskirjatutkimus samasta aiheesta – yksinäisyydestä. Olisin nyt kiinnostunut kuulemaan, mitä Sinun elämäsi kuuluu. Millaisia muutoksia elämässäsi on kuluneen kahden ja puolen vuoden aikana tapahtunut? Onko yksinäisyys arjessasi yhä läsnä? Millaisia ajatuksia se Sinussa tänä päivänä herättää? Muun muassa näiden kysymysten merkeissä tapaisin Sinut mielelläni uudestaan kuluvana kesänä.

Kuten aikaisemmin, haastattelu voidaan toteuttaa kotonasi tai jossakin muussa Sinulle parhaiten sopivassa paikassa. Käytettävissämme ovat myös Helsingin yliopiston koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenian tilat Lahdessa, Saimaankadulla. Edellisen haastattelun tavoin, luvallasi, nauhoitan keskustelumme. Tapaamiseen on jälleen hyvä varata pari tuntia aikaa. Tutkimuksessani jatkaminen on tietenkin vapaaehtoista ja Sinulla on mahdollisuus vetäytyä tutkimuksesta missä tahansa vaiheessa syytä ilmoittamatta.

Mikäli olet valmis tapaamiseen, pyydän Sinua ystävällisesti täyttämään oheisen lomakkeen ja lähettämään sen minulle postitse kirjeen mukana tullessa kuoressa (postimaksu maksettu) tai ottamaan yhteyttä minuun puhelimitse numeroon xxxxxx niin voimme sopia tapaamisen Sinulle parhaiten sopivaan ajankohtaan.

Toivottavasti näemme jälleen antoisien keskustelujen merkeissä!
Ystävällisin terveisin ja aurinkoisia kesäpäiviä toivottaen,

Elisa Tiilikainen (os. Pajunen)

Liite 5: Toisen haastattelukerran suostumuslomake

SUOSTUMUS

Väitöstutkimuksen nimi: Yksinäisyys ikääntyvän arjessa

Olen lukenut tutkijalta saamani tiedotteen tutkimuksen tarkoituksesta ja toteutuksesta. Minulla on ollut mahdollisuus keskustella tutkijan kanssa tutkimukseen liittyvistä yksityiskohdista. Minulle on selvitetty, että tutkimushaastatteluun liittyviä tiedot kerätään, käsitellään ja säilytetään tiedotteessa kuvatulla tavalla: täysin luottamuksellisesti ja suojattuna ja niitä voivat käyttää vain tutkimustyöhön osallistuvat henkilöt.

Annan luvan yhdistää haastattelutietoja aiemmin antamiini Ikihyvä Päijät-Häme-tutkimuksessa kyselylomakkein kerättyihin tietoihin. Tutkimustuloksia esiteltäessä ja julkaistaessa henkilöllisyyteni ei tule missään vaiheessa ilmi.

Osallistumiseni tutkimukseen on vapaaehtoista ja voin halutessani milloin tahansa ja syytä ilmoittamatta keskeyttää tutkimuksen ja perua tämän suostumukseni osallistua tutkimukseen. Mikäli keskeytän tutkimuksen, minulla on mahdollisuus kieltää käyttämästä jo kerättyä haastatteluaineistoa tutkimustarkoituksessa.

Päiväys, haastateltavan allekirjoitus ja yhteystiedot

Liite 6: Kirje haastateltavalle viimeisen haastattelukerran yhteydessä

Hei Olavi,
ohesta löytyvät yhteystietoni ja tietoa tutkimuksesta, jonka puitteissa olemme tavanneet nyt kolme kertaa viimeisen neljän vuoden aikana. Tapaamisemme ovat olleet minulle hyvin tärkeitä ja antoisia, ja merkittävä osa väitöskirjatutkimustani. Tutkimukseni aiheenahan on vanhuusiän yksinäisyys ja sitä tarkastelen elämänkulun ja arjen näkökulmasta. Tutkimukseni on määrä valmistua vuoden 2016 aikana.

Tapaamisemme olen nauhoittanut ja purkanut kirjoitettuun muotoon. Keskustelujamme olen yhdistänyt myös aiemmin antamiisi Ikihyvä Päijät-Häme -kyselytutkimuksen tietoihin. Kaikkea Sinuun ja elämäsi liittyvää tietoa käsittelen kunnioittaen ja luotamuksellisesti, eikä henkilöllisyytesi tule esiin missään tutkimuksen vaiheessa. Muistathan, että voit missä tahansa hetkessä ottaa minuun yhteyttä ja ilmoittaa, että et halua enää osallistua tutkimukseen tai että et halua Sinuun liittyvää tutkimusaineistoa käytettävän. Toki myös muissa asioissa voit olla minuun yhteydessä.

Lämmin kiitos siitä, että olen saanut tavata Sinut ja keskustella kanssasi niin tutkimukseeni liittyvistä kuin muistakin aiheista.

Aurinkoista kevättä toivotellen,

Elisa Tiilikainen
Yhteystiedot

